


大圆满心性休息
大车疏

全知无垢光尊者 著

索达吉堪布 译

（上）







目 录






大圆满心性休息颂

全知无垢光尊者 著

索达吉堪布 译

顶礼普贤如来！

本来怙主功德海，智悲自性不可测，
诸佛佛子如意源，散利乐云尊前礼。
光明法身净佛性，无明执故漂此有，
业及烦恼旷野中，疲劳心性今休息。

第一品　暇满难得

友等暇满宝藏身，六趣之中极难得，
犹如盲人获宝藏，当以极喜修利乐。
何为闲暇与圆满？吾者未生三恶趣，
边鄙邪见长寿天，佛不出世及喑哑，
远离一切八无暇。为人根足生中土，
业际无倒信佛法，具足殊胜五自圆。
值佛出世与说法，正法住世入佛门，
善师慈摄五他圆，即是十八种暇满。
自己具全之此时，当诚精勤修解脱。



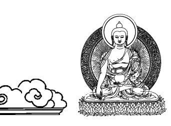





倘若此生未修利，后世不闻善趣声，
业力所牵堕恶趣，长久流转于其中，
不知取舍入邪道，漂于无边轮回中。
故今具有自在时，以随善道之缘起，
当依无尽善二资，超越三有之城邑。
获宝舟时若未渡，无边轮回此大海，
永久于惑苦涛中，受逼迫时我何行？
故速披上精进甲，为除心与心所染，
踏上净智光明道，菩提道中不间断。
今得圆满法根本，无垢珍宝之法器，
不容清凉法甘霖，受轮回苦毁自己。
大乐利乐云聚中，所降妙智甘露雨，
流入人身净心田，故当喜悦诚行法。
人天导师佛陀说，犹如盲龟颈恰入，
漂于海中木轭孔，人身较此更难得，
暇满宝身何堪言？是故今起当精进。
如是人分相似身，中等身及珍宝身。
不知善恶行非法，根虽具足相似身，
纵然转生于中土，亦为边鄙野蛮性。
佛说未入正法道，颠倒善恶贪今生，
散于愦闹外境中，蛮横放荡弃后世，







不求解脱虽闻法，非殊胜身中等性，
偶尔心向微善法，多时罪蒙慧眼故，
持相自他有何利？彼等在家或出家，
稍许胜过恶趣众，是故称为中等身。
佛说无垢之法器，最为殊胜之正士，
自在闻思精华义，调己劝他行善法，
修行山王极稳固，彼等仙人胜幢相，
无论在家或出家，即是珍宝之人身。
故于大德前闻法，如法修持住正法，
恒常行法止非法，以修法义而住法。
不久越过三有海，速至寂洲得涅槃。
何者转生为人时，倘若不勤修善法，
则无比其智劣者，如自宝洲空手返，
无义虚度暇满身，故当恒修寂灭法。
诸法依赖于自心，心依暇满即缘起，
种种因缘聚合时，当调自心诸法根。
死亡恐怖生无边，贫穷痛苦如雨下，
皆从虚度暇满生，故增上生定胜法，
由思暇满难得生，昼夜喜悦速勤修。
此说暇满之功德：面见导师具实义，
闻修正法亦具义，今生具义来世果，







皆自暇满人身生，故当数数生欢喜。
天等世间众生主，声缘佛子中怙主，
获得无死甘露位，亦从胜宝人身生，
故赞暇满胜天身，已获人身当生喜。
人天之中人易得，无念见谛智慧地，
获得人身易成就，深藏金刚乘道果，
故说殊胜暇满身，乃为诸乘法所依。
犹如穷人获胜宝，怀疑畏恐是梦境，
应当欣喜思暇满，成就现后利乐法。
以此妙音甘露语，愿息众生之散乱，
赴往林中断烦恼，疲劳心性今休息。

第一品终

第二品　寿命无常

如是虽获难得身，然为刹那无常性，
若详观察无实质，犹如水泡不可靠，
是故日日夜夜中，恒常思维定死亡。
此身一切痛苦根，深重烦恼之来源，
虽着衣饰花鬘等，美味佳肴供奉之，
然终无常毁坏离，为鹰狐狸豺狼食，
舍此爱净常执心，当自今起修妙法。







三界圆满善妙主，梵天乐生千眼等，
声誉福德威光灿，亦无胜过死主时。
纵成禅定住数劫，业尽之际必死亡，
一切天人阿修罗，成就之士持明者，
人间君主平凡众，皆畏死亡生无边。
今生无常乌云中，死主跳动闪电舞，
昼夜诸时降变雨，淋湿三地诸苗芽。
器情无常世成坏，七火一水风毁时，
大海洲山所围绕，四宝山王亦无常，
当思一切定有成，一虚空时诚修法。
缘觉弟众佛子中，引导世间诸怙主，
宛如晴空中皓月，为诸星蔓所环绕，
巍然朗然坦然现，亦示无常涅槃相，
无量教法珍宝日，亦渐隐没当观此。
犹如无实芭蕉树，幻室自身何不灭?
故定死亡然死期，死处死缘皆不定，
此寿无增恒衰减，死缘众多生缘微，
时不待我当紧迫，自即日起勤修法。
四大聚合之心室，虽为动念士所饰，
亦由因缘所产生，乃坏灭性有为法，
犹如旧城无常有，故当迅速修正法。








犹如赤风中油灯，刹那无常动摇性，
骤然猛烈之死缘，降临自己头上时，
不能久住定死亡，故应当下修正法。
眷属受用与亲友，美貌韶华财种姓，
皆需弃舍独自亡，无助益者随善恶，
尔时依处唯正法，为何今不勤修持？
思维世间前后代，先前无量人已逝，
如今人间多数众，百年之内定死亡。
未来一切亦复然，且观老幼同辈去，
吾亦不离此性故，当思定死而修法。
三界地狱至有顶，无一胜过死主者，
悉皆无常无实质，不可依靠如车轮。
尤其人世多损害，成多病魔之祸源，
兵刃火灾险地毒，猛兽国王与怨敌，
以及盗贼土匪等，摧毁生命坏圆满。
纵然无有诸损害，士夫寿命亦流逝，
昼夜刹那皆变化，逐渐靠近死主域，
犹如江河汇于海，或似日落于西山。
食等生缘虽圆满，尚有如毒生苦时，
数多逆缘之危害，岂能不灭诸圆满？
是故无不成死缘，死亡处缘期不定，







当弃无义欺世法，诚修死亡无常法。
此时吾得暇满舟，正具上师窍诀桨，
若不精勤渡苦海，更无较此愚痴者。
何故佛赞珍宝器，净除诸过获正义，
若不成办自他利，则自束缚轮回狱。
呜呼如同教诲石，思多世人增厌离，
开示不悟讲不解，明日死亡今执常，
贪著轮回无厌心，明知我慢明懂迷，
愦闹散乱降惑雨，何时我利此等众?
于此奉劝欲度过，过患轮回之苦海，
成就稀有妙德者，即日思维定死亡，
昼夜唯观修无常，反复生厌出离心。
彼成现后利乐法，勇猛精进而修持，
舍今世断我执迷，总之成就诸妙德，
拔出诸过解脱因，急修法根本无常。
如是法理苍鸣声，发出深益教妙音，
愿众散乱执常惑，疲劳心性今休息。

第二品终

第三品　轮回痛苦

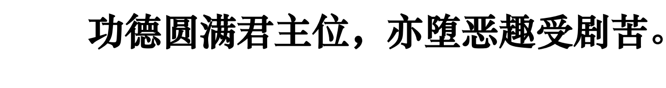
如是三界轮回法，无常变故极痛苦，







苦苦变苦及行苦，六趣众生真悲惨！
如火猛兽野人中，陷入国王囹圄众，
连续不断受痛苦，仍无解脱时增忧。
虽有离苦得乐心，现行苦因受苦果，
犹如飞蛾扑灯火，贪恋欲境受诱惑。
犹如野兽蜂鱼象，为声香味触引诱，
当观五欲惑有情，唯受痛苦永无乐。
天界人趣阿修罗，旁生饿鬼及地狱，
轮回六道如水轮，周而复始苦无边。
多生累世每有情，皆成亲怨与中等，
苦乐利害不可数，父转成母母成妹，
妹成自子皆不定，亲友成怨亦无穷。
若思前生后世业，厌离更为增厌离，
自成蝼蚁诸身体，倘若堆集于一处，
则比四宝山王高，哭泣泪水超四洋。
堕狱饿鬼时所饮，铜汁脓血不净液，
遍布江河不可比，其余无量如虚空，
为欲所断头肢数，世间微尘数不及。
转畜夜叉鸠盘荼，腹行等受多苦乐，
纵得梵天帝释果，四禅无色七宝地，
功德圆满君主位，亦堕恶趣受剧苦。







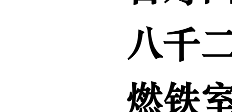
即生享受无边福，一切高者死亡后，
亦成贫苦可怜仆，如梦富足醒时无，
苦乐无常变苦性，若深思维更增厌，
是故三界诸有情，莫贪有乐修菩提。
众生身语意三门，欲界色界无色界，
现与半现不现城，苦苦变苦行苦逼，
由心意识增长故，不断迷现境苦乐。
普基识意五根识，依次乃为处次第，
彼生因果三有苦，根本无明能所取，
形成境身心习气，执我我所成轮回。
心性无变圆成实，法身然以无明执，
所生遍计之串习，迷现不净依他起，
执著心境自他法，由此自生无量苦。
将证不变心性义，修道无倒圆成实，
诣净依他起刹土，弃离有城得休息。
呜呼难察轮回边，疲惫痛苦三有道，
转生何处无微乐，不善业生难忍果，
颠倒自现如梦境，各于六趣感受性，
无而迷现苦无量，依教略说请谛听！
复活炽铁余烬上，众聚互以兵器杀，
复活声起苦如前，如是受苦至业尽。








寿量人间五十年，四大天王天一日，
彼三十日为一月，十二月则为一年，
复活一日五百年，自寿五百年受苦。
详说彼之细分类，经说此地狱寿量，
相当人间之年数，十六万二千俱胝。
黑绳燃锯剖粘合，粘合复剖极痛苦，
寿量人间一百年，三十三天之一日，
彼天千年狱一日，佛说彼自寿千年，
人间一百廿九万，六千十二俱胝年。
众合地狱形如马，驼虎狮等山岩间，
毁如微尘重复活，铁域中为锤粉碎，
极度压榨血不止。寿量人间二百年，
即为离诤天一日，双胞欲天二千年，
众合地狱之一日，经说自寿二千年，
人间俱胝之年数，一零卅六万八千。
号叫地狱火焚叫，沸铁液中受熬苦，
寿量人间四百年，乃为兜率天一日，
兜率天之四千年，号叫地狱之一日，
自寿四千年受苦，等同人间之年数，
八千二百九十四，万数四千俱胝年。
燃铁室中大哀嚎，为火焚烧阎罗打，








寿量人间八百年，即是化乐天一日，
化乐天之八千年，同此地狱之一日，
自寿八千年受苦，即是人间俱胝数，
六亿六千与三百，五十五万二千年。
烧热铁室诸众生，短矛刺头锤击打，
炽热火舌焚全身。人间一千六百年，
他化自在天一日，此天一万六千年，
烧热地狱之一日，烧热地狱之众生，
自寿一万六千年，即是人间俱胝数，
五十三亿零八百，四十一万六千年。
极热地狱之众生，炽热双层铁室内，
燃火三尖矛刺入，双肩顶出铁片缠，
沸液锅中受煮苦。寿量已达半中劫，
人间年数不可量，成住坏空一小劫，
四小劫为一中劫，八十中劫一大劫。
无间炽燃铁室内，唯闻狱众哀嚎声，
火与众生辨不清，如燃油灯烧灯芯，
火中剩存微生命，需一中劫久受苦，
无余较此更剧苦，故称无间无息狱。
以上所述诸地狱，火焰渐增七倍热，
下者痛苦较前胜，业未尽前受痛苦。







孤独地狱摄彼中，住于山树与虚空，
岩石水火不定处，少数多聚或独居，
彼为不同痛苦逼，是故称为孤独狱。
有谓因此地狱众，寿命短暂少数聚，
故称孤独实谬论，岩间恶蝎寿亦长，
经说孤独狱五百，比丘午斋集互争。
无间地狱之四周，煻煨坑与尸粪泥，
利刃原及无滩河，四四十六近边狱。
无间地狱之众生，感觉门开行至外，
见妙壕影立即往，坠入没膝煻煨坑，
肉皆焚焦骨成白，恢复如初极痛苦。
脱离煻煨坑众生，复见爽泥即踏入，
沉于恶臭尸粪泥，为虫金铜铁喙刺。
复见悦原而前往，炽利刃剁身成段。
抵至悦意森林处，为剑叶林狂风毁。
此等众生向前行，耳闻悦意山顶上，
昔友呼唤循声去，利铁刀锥刺血肉，
至顶鹫吸其脑髓。复闻山下呼唤声，
下山刀锥向上刺，且为原间具燎牙，
炽男女抱极痛苦，并为多犬狼所食。
复见清凉之河流，欣然前往涉入时，







热灰没腰焚骨肉，见其两岸狱卒护，
此等众生于彼处，数千年中受痛苦。
灼热剧苦所折磨，如是地狱谁不畏，
三界之苦无有量，知此理者当修法。
八寒地狱之众生，寒冷所逼有八种，
雪等严寒之诸处，暗中暴风雪冻身，
疱起疱裂頞哳吒，矐矐婆与虎虎婆，
裂如青莲如红莲，裂如大红莲伤中，
炽燃利喙含生食，乃至业尽方离苦。
革萨拉斗二百倍，装满芝麻容器中，
百年取一粒至尽，起疱狱寿余廿倍。
为离一切地狱界，诸具心者当精进。
饿鬼住界与空游，身大腹宽手足微，
口如针眼喉腔细，不得饮食饥渴逼。
见花药树等即枯，境不悦意食呕物，
虽见饮食亦被护；内障腹部燃烧火，
口中喷火冒浓烟；共障饿鬼极贫穷，
恐怖受害无依怙，痛苦逼迫处惨境。
空游饿鬼诸鬼魔，罗刹药叉鬼王等，
业力神变无碍行，常造种种损害事，
散播疾病夺色泽，断除他人之寿命。








人间一月彼一日，饿鬼自寿五百年，
人间年数一万五，阎罗世界受痛苦。
知此生厌苦性理，具智慧者为解脱，
弃离喜爱三有心，必定修持寂灭法。
海居旁生四洋中，互相啖食苦无量，
住于黑暗洲海处，畏食寒热饥渴恼。
散居人间鸟兽等，猎人侵害各自损，
牛马驼驴山羊等，役使殴打苦无边，
因肉皮骨而遭杀，感受痛苦无边际。
诸龙苦乐日夜半，午前午后乐变苦，
有处降下热沙雨，有者无友孤贫逼，
共愚畏惧大鹏等，具有多种多样苦。
寿亦不定有一日，经说龙王等住劫。
思维此理欲解脱，旁生界者为利乐，
昼夜精进而修持，增上决定胜妙道。
人类亦无安乐时，悲伤苦恼烦乱等，
一苦未消一苦至，食用杂毒食变苦，
衣食行过患病等，生后痛苦为行苦，
即是三大根本苦，生老病死怨憎会，
爱别离与求不得，近取八分苦无量。
痴识风心明点聚，凝酪膜疱及血肉，







坚肉支节鱼龟形，经七七日渐成身。
母稍受累饥渴寒，热等亦觉苦无量，
需受黑暗狭畏臭，蜷曲难忍之痛苦。
七至廿六七日间，形成根肢汗毛等，
乃至三十六七日，体力增大且能动，
后束缚于骨穴中，业风所感倒头生，
险死苦如众合狱，生后接触如剥皮，
倘若为之作沐浴，则如宝剑刺肉瘤。
老苦极其难忍受，韶华逝去皆不悦，
不堪赞毁依手杖，食难消化体温失，
体力失故行动难，不至欲处关节变。
根失蔽眼不见色，声香味触皆不觉，
忆念不清痴沉眠，享用外境力微弱。
食等美味亦反感，寿逝畏死识紊乱，
如童脆弱无耐力，如油已尽灯速熄。
病苦极为难堪忍，患者身体已改变，
内心悲伤意不悦，外境受用不称心，
疑虑丧命生忧愁，无法忍苦出呻吟。
死亡痛苦极剧烈，衣食语榻皆最终，
舍身命眷仆亲财，独自漂泊而生畏。
如是怨憎会痛苦，遭受不悦害恐怖。








慈爱对境相别离，内心忧伤悲哀泣，
意不欢喜之根源，追忆优点贪所恼。
所欲不遂之痛苦，事不成故心刺痛，
感受贫穷可怜苦，饥渴逼迫如饿鬼。
经说色受想行识，近取五蕴有漏性，
是故乃是诸苦处，苦依苦器与苦源。
如是一切人世间，苦因果故无安乐，
为脱此苦思善道，当求解脱轮回法。
诸非天亦无乐时，无义战争起嗔恨，
嫉妒天福不堪忍，沙场百般受痛苦。
故求善妙寂灭众，当速修持解脱法。
欲天处苦亦无量，放逸欲醉与死堕，
花鬘枯萎不喜垫，为诸亲友所舍弃，
见后生处生畏惧，天界七日难忍受。
梵天等处之色界，四禅诸天之众生，
往昔业尽堕下有，感受变苦而苦恼，
无色寂止业已尽，见后投生具行苦，
虽得善趣不可靠，善缘者当修解脱。
贪轮回乐诸众生，如爱火坑受苦已。
如是解脱依自己，释尊已示解脱法，
他众骤时不能度，如眠醉梦无他遣。

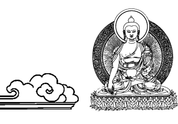






若能佛菩萨悲光，早令轮回成空无，
是故今披精进铠，时至踏上解脱道。
昔日无数佛陀尊，如我未能被化众，
漂于苦性有旷野，若如既往不勤修，
反复感受六趣苦，诸位于此当深思。
轮回苦如空无边，如难忍火种种境，
忍受非处呵责处，放逸无愧不知惭，
如此无缘恶劣众，岂有大悲度化时？
经说佛方便事业，所化清净因缘生。
是故当知己罪过，诚心忆念轮回苦，
我与诸众为解脱，踏入寂灭正道中。
微苦尚且不堪忍，难忍有苦何堪言？
虽已如是作开示，然却毫不生厌离，
我心真如巨铁球，或如石头无有心。
轮回难忍具苦蕴，根本随眠诸烦恼，
多种痛苦之来源，若是有心知理者，
谁人于此增贪欲？故当迅速超三有。
以此乐源法喜宴，愿三有城诸众生，
享受喜乐除众苦，疲劳心性今休息。

第三品终



第四品　业因果

佛说三有诸苦乐，由昔所积业产生。
黑白二业行轮回，即是十善十不善。
所依无记阿赖耶，如镜无念本体上，
不分别境明清识，作现基故如明镜，
彼中取境五根识，自体无念如镜像。
其后二取辨境识，刹那于彼执不执，
辨别彼即染污意，不辨别彼为意识。
粗念善恶欲界因，习气依于阿赖耶，
无念明现色界因，无念一缘无色因，
轮回自性二客尘，一切时分依此障。
心识无念悠然时，不执显现之外境，
一缘阿赖耶分位，明现然不执著彼，
阿赖耶识明清稳，破立二取五根境，
七聚笼统分别境，此等称为七识聚。
串习此等转三界，三门迷乱痛苦因。
欲界七识聚为主，色界阿赖耶识主，
无色界中则唯以，无念阿赖耶为主，
其余二者随眠附，当知各地所具之。
如是欲界夜眠时，五境根识渐入意，
意识融入阿赖耶，一缘无念无现境，







彼者融入法界故，自性远离诸戏论，
复现阿赖耶识中，意识单起而做梦，
种种破立无而现，从中觉醒六识聚，
趋入外境而造业，夜以继日如是现。
色界自识四禅定，住于阿赖耶识中，
偶生取境细微识，多时等持中安住。
无色界之自地识，即是阿赖耶自性，
空无边等之四处，住于一缘寂止中。
心相续依极细微，受想行识四名蕴，
一缘寂止劫不醒，亦未播下善种子。
如是四禅无色心，前果灭尽亦死亡，
本体无记愚痴故，颠倒因果而反复，
投生漂泊轮回处，故当从中得解脱。
如理修行欲心故，亦成上下解脱因。
白日七识多为主，余二一体为附属，
当知取色之眼识，无念明分普基识，
无分别分阿赖耶，其余六识亦复然。
一缘眠时阿赖耶，梦中阿赖耶之识，
意识二者为一体，醒时一切一本体。
一切诸法之所依，业之根本即无明，
本体三毒贪嗔痴，所生三有黑白业。





令堕轮回上下趣，十不善业各自现，
十不善中次第分，身三语四意三业。
故意无误杀他众，同分殴打等害命，
不与取即盗他财，同分狡诈受他财，
与他所属行邪淫，同分非处不净行。
妄语骗他知词义，同分直言欺他心，
离间言说挑拨语，同分他言复传离，
绮语恶论无稽谈，同分无关非法语，
粗语刺伤他心言，同分令他不悦语。
贪心图财欲己有，同分贪他闻等福，
害心嗔恨损他众，同分不利生嗔心，
邪见常断无因果，同分增损等倒见。
境心意乐加行劣，行十不善之果报，
异熟果与等流果，增上果及士用果。
小品不善转旁生，中品不善转饿鬼，
大品不善堕地狱，感受异熟之苦果。
等流分二同行果，经说所行同其果。
佛说感受等流果，虽已获得诸善趣，
亦成短寿多病者，资具贫乏敌共用，
夫妻丑陋成怨仇，多遭诽谤受他欺，
眷仆恶劣不和睦，所闻粗言成诤语，



语言无力辩才微，贪欲强烈不知足，
不求饶益他害处，极为狡诈具恶见，
十恶依次各具二，此为感受等流果。
成熟外境增上果，不净依他起即时，
杀生环境极贫瘠，树叶花果饮食等，
力微损寿难消化。不与取生畏惧处，
庄稼果实不成熟，常遭霜雹饥灾荒。
邪淫生于粪淤泥，污秽不堪恶臭境，
狭窄悲惨不悦意。妄语生于畏不合，
财富不稳受欺境。离间语业所生处，
深渊狭谷悬崖等，凹凸难行不悦境。
粗语生于盐碱地，瓦砾荆棘枯树干，
尘土飞扬劣果蔫，令人不喜粗糙处。
绮语生处果不熟，不长稳住季颠倒。
贪心生处果等少，糠多见贤时节变。
害心生处稼苦辣，王蛇盗匪野人等，
自然灾害众多境。邪见生处无宝源，
药树花果极鲜少，无有依怙无亲友。
不善业之士用果，所作增上生痛苦。
总之自性十不善，何人行此如服毒，
以大中小生剧苦，当勤弃之如怨仇。








善趣之因十善业，即断十恶之善心，
戒杀戒盗不邪淫，不说妄语离间语，
绮语粗语离贪心，以及害心与邪见。
小品转生于人间，中品善业生欲天，
大品等持禅无色，能得上二界安乐，
四果与前皆相反，当知十善果善趣。
佛说以随福德分，十善投生善趣中，
十不善业堕恶趣，取舍黑白因果者，
世间善道人天乘。以此后世转善趣，
故立真实解脱因，善缘众生当依止。
解脱之善离轮回，超越三有上下行，
黑白二业趋寂灭，随解脱分等善法，
乃是无漏智慧因，十善四禅四无色，
六度等善五道摄，证悟人法无我后，
依智方便双运善，不住有寂利众生，
成就佛陀果位故，瑜伽善法超世间。
即以有缘福德资，无缘智慧资双运，
净除二障现二身，凡夫有漏圣无漏，
后得入定此二境，次第而行得解脱。
佛说心性光明界，无垢自性住佛性，
彼之现分即二身，以九比喻而说明，







大悲自性本住者，即是实修生佛性，
根本觉性光明智，体无三毒故为善。
觉醒佛性发二心，修悲世俗福德资，
瓶等三灌净生次，空性胜义智慧资，
句灌圆次大手印，勤修增上二次第，
烦恼转依为智慧，一切善法愈增上，
净除佛性之障已，现见无垢法相日。
世间十善禅无色，有现福资后得境，
超越世间极无戏，胜义慧资入定境，
行持二资双运道，成就一切诸善妙。
犹如善业转三有，能得寂灭虽说业，
然已超离三有故，业中解脱实非业。
入道十善果异熟，等流增上及士用。
以行小中大品善，暂成人天终定胜。
同行等流善自增，感受戒杀得长寿，
断除偷盗受用丰，断除邪淫夫妻和，
无有一切诸怨敌。断除妄语不遭谤，
断除离间互为友，断除恶语言适宜，
断除绮语众悦耳。断除贪心果知足，
断除嗔心具慈心，断除邪见具正见。
增上果生圆满境，食易消化药力大，







净处药等具美味，他人不欺离畏害，
众人和合得胜乐，随季成熟丰收果，
地平严饰清凉池，鲜花果实皆繁茂，
叶果药等具美味，资源富饶具亲友。
士用之果善增上，如意成办诸所愿。
此外布施具财富，持戒安乐忍相好，
精进具德禅心静，智慧获得胜解脱。
慈心悦意悲成利，喜心圆满舍无垢，
总之福慧资粮果，暂时增上决定胜。
此乃妙道大车轨，三世诸佛圆满因，
慈心众人皆悦意，悲心利益无边际，
喜心财富皆圆满，舍心自心极堪能。
如是有寂诸行业，依心心性即光明，
无作离戏如虚空，二谛之义缘起生。
本来清净无而现，业作一切如画家，
恒时跟随如身影，不迁他处如苦乐，
自性难挡如河流，能变高下如君主，
极其广大如虚空，黑白不变如莲花。
观察诸业无本性，如梦能现异苦乐，
心立诸业无实相，因果无欺深缘起。
非有非无无二性，行何成熟如是果，







此乃如所尽所境，遍知如来所宣说。
何人诽谤业因果，则为外道断见徒，
谁执空见为究竟，堕于断边愈下堕，
此等趣入诸恶道，永不解脱离善趣。
有谓因果悲福资，不了义法不成佛，
言诸瑜伽士当修，了义无作如虚空，
此等说法真可笑！此乃最重断见者，
入于最深劣道中，破因立果诚稀有！
若是虚空何需修，否则虽修徒无益，
修无所有若解脱，虚空识派亦成佛。
承许修亦成因果，故当舍弃此恶道。
所谓真实之正道，即是因果之缘起，
方便智慧任运成，依现无性之业果，
修现无性之道故，获得现无自性果，
现无自性而饶益，现无自性之有情。
即深因果之缘起，故为了义经续义，
依二资粮二次第，速成圆满正等觉。
此乃无余而断除，三有一切因果行，
当行解脱之因果，速成增上胜菩提。
如是大乐法甘霖，令众心田二资盛，
于此业惑三有中，疲劳心性今休息。






第四品终

第五品　依止善知识

如是无谬因果道，来源依止善知识。
三世一切佛菩萨，以及声闻缘觉众，
获三菩提由师生，获得世间增上乐，
亦源依止诸上师，故当谨依善知识。
犹如藤依旃檀树，依止正士自变善，
好似粪染吉祥草，依止恶人自成劣，
故当敬依善知识，弃离一切恶知识。
若问上师之法相，为引世间与众同，
超世间故与众殊，三门诸行较众胜。
威仪寂静身无过，善巧遣疑语无垢，
遍知慧藏意调柔，广闻大悲德无边，
大智意行如虚空，事业无量利缘众，
仁慈无厌恒精进，众生导师当依止。
尤其密宗上师相，戒誓言净具灌顶，
精通如海续窍诀，念修事业皆自如，
见修行果获证相，以慈善巧之方便，
令所化众成熟解，传承加持云不散，
当依如是成就者，具有功德之上师。







具足无边功德者，一切众生之至亲，
于此略赞善知识，令渡有海大舵手，
令入正道大商主，遣除衰败如意宝，
熄业惑火甘露水，清凉法雨妙雨云，
令众生喜大天鼓，除三毒疾大药王，
一切有情安乐源，犹如茂盛摩尼树，
遣愚痴暗大明灯，自成众愿妙宝瓶，
大慈日光无有量，除恼利乐皓月光。
密意广如净虚空，光明等持如星辰，
智悲无量如大海，悲心奔腾如瀑布，
不外散乱如雪山，毫不动摇如山王，
住有不染如莲花，等慈爱众如父母，
功德无量如宝藏，引导世间如佛陀。
具德上师即法王，住于何处等诸佛，
令凡见闻念触者，悉皆摧毁诸轮回，
事业广大任无量，如众所依之大地。
上师即佛第四宝，坛城主尊黑日嘎，
调伏浊世难化众，所化之前胜诸佛，
三门无伪敬依止，悉地根本金刚师。
上师可阻恶趣道，利乐现后善趣梯，
加持相续示真义，令入成熟解脱道，







故以稳固不变信，恒时无厌依上师。
如同患者依药王，黎民百姓依君主，
客人依止护送者，商人依止大商主，
舟子依赖于船桨，为灭烦恼离过害，
因畏生死成二利，为渡有海当依师。
上师明医教言药，自为患者作此想，
精进修持如服药，得寂乐果如病愈。
其余依法以此推，当以清净四想依。
劣缘弟子诸过根，无信惭愧悲心微，
种姓行为缘皆卑，妄念业惑五毒粗，
混淆善恶法非法，违犯学处破戒律，
不守誓言无对治，愚痴慧浅难知足，
增长嗔心多粗语，师作野兽法麝香，
自为猎人修射箭，获得法果售他人，
以五倒想依师者，无誓言故今来苦。
有者最初未观察，鲁莽草率成师徒，
喜新赞德后诽谤，有者阳奉阴违依，
间接污辱师眷属，彼等将堕无间狱。
善缘弟子信心大，精进修法智慧高，
具正知念不放逸，不违教言守戒誓，
三门调柔悲心大，胸怀宽广不急躁，







慷慨具有清净观，虔诚恭敬恒稳固。
恒时忆念上师德，不思过失见思德，
定是自现师无过，深思忏戒依对治。
当断师诸不喜事，精勤令师生欢喜，
永不违背师教言，师之爱眷亦如师，
不摄师眷为弟子，说法灌顶当请示。
师前当护身语意，不应伸足跏趺坐，
亦莫背后向上师，嬉笑显露愁怒容。
切莫信口出胡言，言说妄语离间语，
他过不悦耳粗语，未经观察无关语。
不应贪图上师财，禁止损害其诸眷，
切莫口是心非观，上师各种之行为，
勿想彼为不合理，前后相违除邪见。
不知自己造罪业，彼相外现如影像，
倘若上师现忿怒，定观己过当忏戒，
顶上观师猛祈祷，令师生喜获成就。
见上师时起顶礼，坐时敷垫供资具，
合掌美语作赞颂，行时起立敬随行。
与师相处时恒具，正知正念不放逸，
当以敬畏心而住，犹如新媳之姿态，
师前三门极寂静，放荡不羁不应理，







不求名利无偏袒，无有谄诳不狡诈，
表里如一不虚伪，一视同仁无贪嗔。
自己有财供上师，身语恭敬而承侍，
舍弃今生修正法，三门当令师欢喜。
他人谤师制止之，若无能力则思德，
覆耳悲心行饶益，莫依止彼勿交谈。
以此生世成利益，值遇正士闻正法，
地道等持陀罗尼，种种功德皆圆满，
摆设寂乐之喜宴，款待一切诸众生。
诸恶知识皆应舍，不具前述之功德，
破戒誓言过失多，慧浅寡闻无慈悲，
懈怠愚昧我慢高，暴躁粗野烦恼重，
贪图今生弃后世，传法亦成非法因，
如不净堆之上师，所化眷属多亦弃，
引信士入歧恶道，欲解脱者永莫依。
亦当弃离罪恶友，愈亲近彼愈增罪，
灭善降下烦恼雨，阻塞善道恶趣梯，
诽谤正士嗔白法，赞叹劣者依黑法，
赞扬同行不善者，恒时将其引入于，
邪道恶趣中之故，具慧眼者当远离。
远离恶友恶知识，今来世乐成妙德，







获解脱道恒增善，永远不见恶劣者，
亲睹佛子中怙主，垂念自己赐加持。
安祥而逝趋善趣，具彼不可思议德。
恒依正士与善友，以此增上诸善业，
灭尽罪惑止过患，成就增上决定胜，
现世安乐后得果，成人天师恒具义。
依止善友善知识，增长善资得乐果，
不畏三有利乐广，成办无量众二利。
上师乃是佛化身，浊世如是而显现，
乃至菩提果之间，当依一切善知识。
以此无偏现净观，圆满慈悲菩提心，
增上证悟与觉受，利他无量成所愿。
如何观修祈祷师？平时积资与净障，
昼观顶上夜心间，随信观想根本师，
本尊空行无有别，相好严饰四周绕，
空行勇士传承师，意供祈求赐所欲。
师名梵语前加嗡，后加啊吽所欲咒。
若息病魔罪障者，观想一切放白光，
遣除违缘获悉地；欲增寿德财等者，
观想黄光降愿雨；自在招引等怀业，
观想红光铁钩状；制伏魔障等诛业，








观想青光兵刃状，千辐火聚轮摧之。
咒声震动三千界，成就事业修生次。
后摄无缘空性中，须臾放松作回向。
现各事业之验相，此乃深道大乐海。
赎死除障病魔时，观想前方虚空中，
无畏狮子莲座上，师佛无二露笑容，
为诸菩萨与空行，传承上师所围绕，
六道债主可怜客，三世父母轮回众。
自心吽字顶上出，变勇士持剑托巴，
自身眉间处斩断，置于骷髅三灶上，
内满身骨及血肉，降下甘露下燃火，
托巴量等三千界，其中充满妙甘露。
自心化现无数士，同持托巴洒甘露，
令诸息客皆欢喜，圆满资粮获悉地，
有客生喜还宿债，令害魔喜遣违缘，
诸众皆大欢喜光，照射自己去疾病，
魔障逆缘皆灭尽，赎死获得二成就。
不缘诸法自心性，不缘心性法界性，
如是境界中安住，如幻性中作回向。
以此可除诸违缘，圆二资粮离二障，
心生无量加持悟，急生出离无我执，







现有现师成所愿，安乐临终现光明，
中阴解脱圆二利，故当勤修上师法。
佛说刹那念上师，胜过劫修生次第。
欲求遍德云聚中，所降三地甘露者，
当依胜德财根本，具信大悲上师尊。
为息无始时串习，以及意惑而求法，
如同善财与常啼，无有厌倦依上师。
利行帝释琵琶声，善缘者闻成甘露，
令依恶师邪道者，疲劳心性今休息。

第五品终

第六品　皈　依

如是谨依上师后，当渐修学解脱道。
诸道基础为皈依，诸小士夫畏恶趣，
中士声缘畏三有，大士现见轮回苦，
不忍他苦畏寂乐，大乘佛子为众生，
皈依三因三意乐，平凡殊胜及无上。
时间亦随意乐转，小士后世乐果间；
中士暂时至死间，究竟声缘得果间；
胜士恒皈菩提间，获得无量智慧间。
一切皈依境分二，共同因与不共果。








为因发誓因皈依，为果发誓果皈依，
显宗成就许他时，密宗成就今自心，
因相乘中说此理，仅名相同乃部分。
有缘三宝因皈依，佛为化身相好饰，
一切佛法分二种，其中无垢之教法，
种种经续乘之义，显现经典文字相。
彼即经典十二部，契经应颂记讽诵，
自说因缘喻本事，本生方广希论议。
一切续部分六种，事行瑜伽苦行续，
智慧方便及无二，父续母续无二续，
即是内密大瑜伽，彼字书籍等果法。
证法地道生圆次，总持等持智慧藏，
以及大悲之自性，种种方便无有量。
十地极喜无垢地，发光焰慧难胜地，
现前远行不动地，善慧及与法云地。
因乘安立学十地，十一化身普光地，
金刚乘以功德分，安立十二等无量。
资粮加行与见道，修道无学之五道，
二次第等深心境，妙法日具无垢光。
声缘佛子为外僧，空行密众为内僧。
观所缘境虚空中，尤许上师佛尊主。










真实意幻而供养，内外密之供品后，
我与诸众敬合掌，直至菩提为利他，
皈依上师佛法僧，诚心诚意反复行。
观想彼等喜放光，净除自他三门障，
获得一切诸悉地，圆满福资成色身。
究竟果皈依之境，即是唯一之法身，
佛法僧众了义尊，离戏光明之自心。
世俗皈依道用后，当知一切皆自心，
实无能所皈依故，入定真如境界中，
执著心境非究竟，无愿即为果皈依。
圆满慧资得法身，如梦幻中作回向。
学处分二初因戒，不为王位及生命，
一切奖赏等利益，舍弃上师与三宝。
不欺上师应供处，断除恶言谤圣者。
自此皈依佛陀后，不礼其余诸天尊，
皈依正法不害众，皈依僧不交外道。
以信供养三宝相，日夜随念恒皈依。
果戒等性当勤守，不念贤劣无取舍，
不依戏论修法性，皆于圆一坛城行。
相似舍因超受时，真实舍因生邪见，
失毁学处向下堕，当具正念慎取舍。








见他依处皆欺惑，更加诚信大悲尊，
生生世世救离畏，何有胜彼之利乐？
清净诚信心田上，灌溉福慧之甘霖，
生长善法界苗芽，成熟圆满佛庄稼。
如法行善知惭愧，具有正念不放逸，
获得诸多之功德，心现总持云智日，
梦中亦见不离此，忆念宿世种财饰。
自成二利众皆喜，终成众生之依处，
作为有情之至亲，故得三身之财富。
皈依功德若有形，超胜虚空无量倍。
诸妙功德之根本，智者谁人不依之？
百倍诚信而顶礼，弃罪趋寂众至亲，
皈依恩赐三界福，利乐源泉如意树。
赞扬大乐胜德故，诸众谨持正士行，
愿依罪业劣境者，疲劳心性今休息。

第六品终

第七品　四无量心

如是已具皈依者，慈心大地开悲花，
喜心凉荫舍净水，为利众生修自心。
若与解脱道脱离，则四梵住三有因，







灭道所摄此四者，越过有海四无量。
缘无量众为有缘，周遍法性为无缘。
不清净之所缘境，有缘之故梵天因。
此为无缘入解脱，具悲心者当修学。
不具快乐之有情，痛苦所逼可怜者，
幸福贪亲嗔疏者，慈悲喜舍之对境。
许相得乐离痛苦，不离欢喜心堪能。
修法次第虽不定，初学补特伽罗者，
首先观修舍无量，亲疏平等修余三。
彼所缘境诸众生，心中如是当观察，
贪今父母友嗔敌，汝之此心极恶劣。
无始无终漂泊时，此敌亦成父母友，
饶益于我具恩德，岂能恩将仇报耶？
此友亦成敌加害，如今亦感彼痛苦，
回报利益岂应理？中者亦成亲非亲，
利益损害不一定，贪恋嗔恨不应理。
初当于诸亲友方，观成中者断贪恋，
后将怨敌观中者，断除嗔恨无亲疏。
于诸中等者之心，亦为应断愚痴故，
如是观修离三有，同遣有情烦恼心。
众欲离苦得安乐，然不知此行苦因。








愿可怜兮烦恼众，息诸习气心平等，
愿猛贪嗔所恼众，无有亲疏离贪嗔。
观众从一至二三，一域一洲至四洲，
一千二千三千界，直至一切世间众。
舍无量心之修量，自他亲怨皆平等。
后得无缘舍对境，诸众唯心心如空，
胜义无生空性中，自心离戏中安住。
如是舍心之修量，生起深寂之证悟。
果无亲疏垢染心，任运自成实相义。
若于众人皆平等，如愿自母得安乐，
当于一切诸有情，亦皆如是而思维。
祈愿慈心所缘境，所有一切诸众生，
暂时获得人天乐，究竟获得菩提乐，
从一乃至无边数，一切众生而观修。
生起周遍之慈心，胜过慈爱独子母。
修习有缘慈心后，诸法等性中入定，
无缘广大之慈心，慈空双运为验相。
修习慈无量心果，令人见而心愉悦。
慈心周遍众生后，如心不忍父母苦，
思维一切众生苦，生起强烈大悲心。
我之大恩诸父母，为我而造诸罪业，



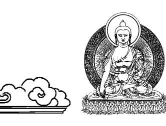





遭受寒热与饥渴，残害役使所逼迫，
溺于生老病死河，受多种苦真悲惨！
无欲解脱寂灭心，无示正道善知识，
漂于轮回诚可悲，现见此等岂忍舍？
故当诚心而思维，愿以吾身及受用，
三世善根令诸众，瞬间远离一切苦。
修习悲心之证相，无法堪忍众生苦。
无缘悲心后入定，空悲双运为验相。
果离损恼心堪能，成就本来清净性。
于诸悲润之有情，各得其乐修喜心。
所缘具乐之众生，奇哉此等诸有情，
不需我令获安乐，各享其乐极善妙，
从今乃至菩提果，愿彼永不离此乐，
如是观修喜无量，当从一至一切众。
喜无量心之验相，无有嫉妒生欢喜。
后修无缘静虑喜。三门任运成寂乐。
修习喜无量之果，境地稳固心欢喜。
如是修后先修慈，以此依次除四执。
修慈若贪众如亲，修悲除苦因果执。
悲心微弱若有缘，以无缘喜除忧患。
修喜心若极散乱，以修大舍离亲怨。








舍心若成无记法，如前慈等次第修，
以此容易至修量，获得稳固之验相。
修极稳固瑜伽士，顺逆轮番顿超修。
依此增进新证悟，较极稳固更稳固。
如是修持异熟果，获得增上决定胜，
转生欲界人天身，能得利益与安乐。
同行等流恒修彼，感受得乐离违品。
转生悦意喜乐境，众生和合财富裕。
四无量心更增上，任运而成自他利。
修持慈无量心者，无嗔受用皆圆满，
获得大圆镜智慧，相好严饰报身相。
依悲无贪得法身，现前妙观察智慧，
一切法身之功德，力等十八不共法。
依喜无有嫉妒心，获得报身成作智，
幻化种种不定相，任运成身即事业。
修习舍心无慢痴，现前平等性智慧，
以及法界性智慧，离戏法性本性身。
慈等功德无边际，无等人天导师赞。
皈依余师为劣道，持四无量此正道，
趋向解脱无垢染，三世诸佛前后迹。
因乘承许如种芽，方便智慧生二身，





果乘承许身二障，遣除依缘悲方便，
实一空性大悲藏，因果二乘同实修。
经说无始善种子，未作本来即存在，
密许本来具三身，遣除客障显密同，
总之经续诸道一，诸成就者说内外，
是故佛子后学者，当勤修持四无量。
如是寂性之善说，尽除众生心污垢，
令入歧途劣道者，疲劳心性今休息。

第七品终

第八品　发菩提心

如是善修无量者，修诸法根二觉心。
脱离烦恼三有海，遣除一切畏忧罪，
摧毁业与痛苦行，引导众生趋寂灭。
虽无现行菩提心，悲心善根日益增，
纵入根本慧定时，智慧方便亦双运。
身语所作皆具义，成为世间应供处。
余善果劣将殆尽，发心摄善不尽增，
犹如水入澄清海，良田庄稼极茂盛。
诸法根本大悲心，于世间亦多乐果，
寂灭自性大觉因，故当勤发珍宝心。

此心增福如意瓶，治愈众疾之妙药，
智慧日轮除恼月，亦如虚空无垢染，
功德无量如群星，恒时利乐之自性。
菩提心之福德云，不可思议无有量，
如来功德极稀有，广如法界无边际。
发心为利无量众，欲获真实正等觉，
此心可分为二种，即是愿行菩提心。
意乐发愿实际行，犹如欲行与正行。
愿心本体四无量，行菩提心许六度。
何人俱胝数劫中，供养无量数佛陀，
仅仅为求自利益，福德不及愿发心。
佛说刹那间发心，遣除众生微小苦，
以此可离诸恶趣，享受人天无量乐。
行心利益更无量，真实行持遍布故，
刹那行持遍胜心，圆满数劫二资粮。
三大劫等诸说法，义为速圆或久圆，
一生解脱依智力，方便精进及胜智，
以此三者而修持，则有无上广大力。
此乃悲心之果树，肩负有情之重任，
梵等世间前皆无，为己梦中尚未梦，
何况利他菩提心，前无新生当欢喜。



菩提心从上师生，如摩尼宝降所欲。
无过功德圆满师，为令弟子生欢喜，
当说轮回之过患，以及解脱利益等，
初中后之诸善法，赞颂无边菩提心。
悦意供品严饰处，陈设佛像等所供。
观想遍满虚空界，如海云聚佛菩萨。
观想彼临极应理，此为自心清净力，
智悲尊主大悲力，佛说如意成所愿。
合掌手捧鲜花后，请住供沐衣饰等。
犹如悦意水池中，含苞待放莲花状，
双手合掌妙音赞，幻化无数身敬礼。
大地山海微尘数，三界无有如是福，
获得身礼所覆处，直至金刚大地尘，
同等数量轮王位，究竟获得胜佛果。
以真实财意幻供，无上供品作供养。
以香鲜花酥油灯，净水神馐与华盖，
幡旗宝伞乐器声，胜幢拂尘腰鼓等，
身与受用诸资具，供养师尊三宝等。
以诸天界悦意物，无量宫具宝瓔珞，
歌舞钹声妙赞雨，百种胜饰作供养。
以林宝山莲花湖，天鹅翩翩而起舞，








药等妙香如意树，垂枝花果作供养。
莲花飘动引蜜蜂，手镯严饰睡莲花，
离云日月光令开，悦意青莲皆供养。
凉风吹拂旃檀树，散发扑鼻之芳香，
山洞岩窟悦意处，清水满池皆供养。
秋季夜晚皎洁月，离曜群星所环绕，
璀璨千光日轮饰，四洲世界皆供养。
铁围山等无数刹，圆满妙欲作严饰，
十方如海尘数刹，悉皆供养佛佛子。
妙瓶宝树如意牛，轮王七宝八瑞物，
七近珍宝广大物，供养应供大悲主。
等持意供遍虚空，内外密之供云海。
鲜花妙云饰美宅，药香甘露之云聚，
灯光神馐乐音云，赞声海云皆供养。
意幻供云无边际，散布美女持鬘女，
歌舞供养天女云，献佛菩萨令欢喜。
无始串习之习气，业及烦恼所造罪，
成为三有轮回因，忏悔所有一切罪。
众生无量之福德，恒时我诚作随喜。
为度一切诸众生，请转无上妙法轮。
乃至有海未空间，祈请住世不涅槃。






以此善根愿诸众，一同成就正等觉。
犹如洗净之布匹，染色色彩极鲜明，
以此前行净相续，明现正行之胜心。
此福德果无有量，遍布法界虚空界。
三诵皈依佛法僧，祈佛佛子垂念我，
如昔善逝及菩萨，发菩提心守学处，
我今为利诸有情，发菩提心守学处，
未救护者我救度，未解脱者令解脱，
未得安慰我安慰，令诸众生得涅槃。
当于昼夜三时中，勤发二种菩提心。
一诵发愿菩提心，二诵发行菩提心，
三诵可令愿行心，获得稳固与清净。
从即日起我成为，诸众生存之根本，
亦得佛子菩萨名，不畏三有利众生，
恒时唯勤行饶益，以使人生具实义。
清净善心良田中，生长二菩提心苗，
为令清净及增上，应当严谨守学处。
观想众苦自取受，自之安乐施众生，
愿至菩提不离此，轮番修炼施受法。
愿学处修四无量，为断违品当护心，
行心学处行六度，为断违品当精进。



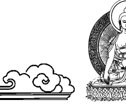
恒以知念不放逸，断恶行持如海善。
不失二心为学处，国王五堕邪见等，
大臣五堕毁城等，平凡之人八堕罪，
共同二堕廿堕罪。彼之同分为轻罪，
不具此等无堕罪，行善同分即学处。
所有学处之次第，归纳概括而言即，
应当断除四黑法，谨慎行持四白法。
欺应供处令后悔，恶语中伤诸正士，
众生之中谄诳行，即当弃此四黑法。
依止一切诸正士，且赞彼等之功德，
劝勉众生行善业，于诸菩萨作师想，
以清净心利有情，即当依此四白法。
利他胜过于自利，故当主要行利他，
此乃菩萨之学处，若成利他可开许，
身语不善实为善，意三永无开许时。
佛说求自寂乐善，亦成菩萨之堕罪，
若他有利行不善，亦为善法当学之。
经说佛子有三种：犹如国王之菩萨，
欲自解脱后度众；犹如舟子之菩萨，
欲自与众同解脱；犹如牧童之菩萨，
欲度众后自寂灭。依次三十三大劫，







七劫三劫得解脱，即是根基之次第。
诸佛子众学一切，主要学六波罗蜜。
目睹众生受贫苦，施衣食象马车等，
所需资具为布施；施儿女等为大施；
施头眼等极大施。财法布施行利益。
依彼摧毁自吝啬，令他财富得增长。
以戒守护自相续，以定修持寂灭善，
以慧获得圆二利。禁恶摄善利有情，
佛子恒持三戒律。在家居士斋戒上，
愿行二种菩提心，出家比丘与沙弥，
以及近事女戒上，守二发心为律仪。
忍耐内外种种害，坚持堪忍诸痛苦，
以大悲心思正法，无缘安忍皆当修。
无有如嗔之罪业，别无等忍苦行福，
故当精勤修安忍，勤熄嗔恨之烈火。
野蛮害境无数故，一一息灭伏不尽，
调伏一心一切调，当勤调心护禁行。
依害成就安忍行，生起慈悲等功德，
成菩提伴敌如师，恭敬欢喜依安忍。
若我无有嗔不生，如同谷声互依存，
自成罪业众害处，偶缘宿业因生故，




理应尽力修忍耐，唯以调心法灭嗔。
遇不乐境舍不喜，若有可改何不喜，
无改无利有何用，故当努力忍诸缘。
观察空性如虚空，喜忧得失善恶无，
于彼执二亦无义，当处一切等性中。
一切精进修行者，秉性喜爱诸善法，
善法不尽如云聚，芬芳莲园聚蜂群。
彼之违品三懈怠，同恶怯懦自轻凌，
诸过根源不成善，毁坏兴盛起衰败。
具有精进世间赞，具有精进成所愿，
具有精进增功德，具有精进得佛果。
精进世间胜善法，出世间之一切道，
于诸有漏无漏法，为断不善奉行善，
努力精勤真实行。乃至未得佛果前，
仍有功德增上故，坚持不懈勤精进。
求静虑者断散乱，所喜外境如秋云，
亦如闪电飘动性，受用无常如幻宅，
永莫信赖当断之，速依寂静之森林。
一切财物祸害因，寻觅积守而痛苦，
傲慢贪爱吝啬增，如是引入恶趣中，
障碍善趣之正道，故当少欲具知足。







如身遍伤极痛苦，财多痛苦较其多，
资具乏少乐无穷，害少无有盗敌惧，
受众人赞住圣道，琐事鲜少无牵挂，
是故应当于恒时，修学知足与少欲。
亲近凡夫过无量，增罪自然染不善，
灭善争论烦恼生，永难取悦不报恩，
琐事繁多愦闹散，与之交往如处于，
烈火毒蛇猛兽中，故当远离诸凡夫。
乃至自己之内心，尚未获得稳固前，
易受外境诱惑故，当喜安住静林间。
乃至四人掮吾身，伴随哭声未临前，
吾当向往寂静处，身心胜伏愦闹敌。
林中净水花果丰，山窟岩石精舍多，
凉荫严饰垂树中，众多鸟兽翩起舞，
河之岸边花丛中，蜜蜂歌唱极美妙。
薰香药等飘芬芳，寂静悦意禅自增，
欢喜四季如莲海，春夏秋冬之四季，
依照次第变化故，增上无常厌离心。
目睹尸林散骨景，自身亦知如是性，
悉皆散落之有法，不贪无实轮回法，
恒灭争论诸烦恼，自心堪能得安乐。








诸佛称赞寂静林，厌恶世间往静处，
仅迈七步之福德，何者恒河劫佛前，
数劫供养诸福德，不及前福百千分，
是故行者皆应当，依止寂静森林处。
彼处垫上跏趺坐，一缘不动心入定，
修凡夫行义分别，及缘真如胜静虑。
四禅以及四无色，未入已入道圣众，
当知三等持名称。依彼断喜妙欲心，
成就解通与等持，五眼神变心自在。
三种智慧闻思修，成就胜观摧诸惑，
知法有法实相后，从有城趋寂灭果。
现本无生如影像，无有本体现种种，
见性清净缘起后，速得不住殊胜果。
具有智慧得解脱，如毒为咒所摄持，
若无智慧方便缚，如药致病受逼迫。
是故心中当生起，证悟实相之智慧。
若行六波罗蜜多，当知如同魔术师，
三轮体空二善资，获得寂灭佛陀果。
如是善根之妙雨，助生净心庄稼丰，
资粮贫乏可怜众，疲劳心性今休息。

第八品终





大圆满心性休息大车疏

全知无垢光尊者 著

索达吉堪布 译

（上）





梵语：玛哈善德紫大布占达哲德玛哈舃塔那玛

藏语：竹巴钦波思涅昂素追瓦向达钦波

汉意：大圆满心性休息大车疏

顶礼普贤如来！

具德二资海云中具寂乐雨，
百种功德饰三身具事业舞，
智悲苍鸣梵天大鼓声阵阵，
众生主尊佛法僧众前敬礼。

邬金海岛莲花茎之上，如来幻化自性任运成，
灿然妙相随好圆满者，莲师迎入护我意莲海。

本来光明无垢中现诸轮涅，
无生自性无二本体圆正觉，
有无常断来去皆无非戏境，
不缘贤劣取舍无为心性礼。
为引无余众生趋入三世佛，
最寂悦意宝洲汇集经续义，
明示令众昼夜精勤心向寂，
解脱三有甚深圣道大车疏。

能宣说诸法之一论——大圆满心性休息分三：一、入造论之初义；二、广说真实论义；三、宣说究竟末义。

一（入造论之初义）分二：一、顶礼；二、立宗。

一者顶礼：







诸佛出世，佛法也由高僧大德之恩德得以住世，自己已经获得难得的暇满人身。此时，为了使自他一切众生渡过轮回大苦海，而完整无误地宣说一个人从初学起步直到现前菩提之间如何实地修行显密如海法理之次第，我今撰著能令轮回中疲倦的心于寂静洲得到休息并圆满诸乘之义的论典——大圆满心性休息，全文共十三品。首先是顶礼句：

本来怙主功德海，智悲自性不可测，
诸佛佛子如意源，散利乐云尊前礼。

于本基中现前菩提的怙主就是导师出有坏，佛陀圆满具备如海断证功德自性的身语意无尽庄严轮，他的卓越智慧与稀有悲心的深度广度无法以观现世心而揣测说“到此为止”。勤奋修行佛尊所演说的妙法是产生三世如来佛子如意宝的源泉，可使尽虚空际的一切众生界随着各自意愿获得暂时的利益、人天的安乐，以及随根基缘分获得三菩提之究竟安乐，最终都现前遍知佛陀大菩提的果位。在具足如此智悲力的圣尊普贤如来等十方三世诸佛佛子前恭敬顶礼。其中“本来怙主功德海”，《幻化网续》中云：“怙主本来圆正觉，功德珍宝大海洋。”



圆满一切智悲智慧者非佛陀莫属。《中观四百论》中云："故除佛无有，如实号如来。"三宝也是因果的缘起。如《宝性论》中云："法从佛陀生，僧由佛法生。"关于"散利乐云尊"，如《经庄严论》中云："合心（指慈主）及离心（悲心），不离（喜心）利益心（舍心），怜愍诸众生，利乐尊前礼[1]。"

如此顶礼有令自己、他人、自他二者获得大利三种必要。

（一）自己获利之必要：如果用美妙词义赞叹殊胜对境，则可使自己趋入圣者行为，令他人了知自己是智者，进而使造论究竟圆满。《般若八千颂广释》中云："利他悲尊纵舍命，自之能力不松懈，肩负重任诸大德，危难之时永不舍。"

（二）他人获利之必要：（如果用美妙词义赞叹殊胜对境，）能使他人由此而对殊胜导师与论典发自内心生起敬信。如龙树菩萨说："作者赞本师，并非无有果，于导师论典，生起诚信故。"

（三）自他二者获利之必要：圆满资粮，

[1] 唐译：最后一句为"救世我顶礼"。





实现所愿。《广大游舞经》中云：“具有福德者，成办诸所愿。”《佛陀众行经》中云：“于导师佛陀，虽做微小事，转种种善趣，后获菩提果。”

二者立宗：

光明法身净佛性，无明执故漂此有，
业及烦恼旷野中，疲劳心性今休息。

心之自性是本来光明、超越有无常断四边之佛性，一切众生本来即普遍具有此佛性。《宝性论》中云：“心性光明故，见惑无本体，证众本无我，寂灭真实际，见佛普随行，具足无障慧，见众净无边，具智尊前礼。”众生虽然自身具有本来清净的智慧，但因为没有认知其本面而漂流于此三有中。也就是说，以无明我执之业与由它所产生的贪嗔痴慢嫉五毒烦恼而流转于此三有中。

到底是如何流转的呢？众生依靠留存在阿赖耶上的各种习气，从而以小品不善和愚痴之业而转于旁生中；以中品不善和贪心之业而转生饿鬼中；以大品不善与嗔心之业而堕入地狱；以相应我慢之随福德分善业而转生到天界人间；以相应嫉妒之善业而转生于非天中。如此分别在各趣中受苦、享乐、不苦不乐，行善和



造罪，不由自主地漂泊在这无始无终、无边无际、难以行走的三有旷野中，将本不存在的如梦显现执为我和我所。若详细观察，就会发现这一切根本不存在，然而迷乱的当时似乎确确实实成立。《三摩地王经》中云：“三有众生如梦动，此中谁亦无生死。”《梵天请问经》中云：“如梦显现诸众生，分别为自业所缚，不断感受多苦乐，虽为无我真如性，凡愚执我及我所，三有痛楚屡屡生。”

虽然诸法无我，可是为种种束缚所系的三有众生，却执著为我，为使他们睁开摆脱此等束缚之眼，有必要宣说了义精华法。为什么呢？自己了知此理后仅仅追求个人寂灭是不应理的。因为一切众生从无始以来漂泊于此轮回中时，无一未曾做过自己的父母，所以，舍弃这些老母有情只求独自解脱实不合理。《致弟子书》中云：“亲友入于轮回之大海，现见彼等堕落浪涛中，不知生死流转若舍彼，唯求自我解脱无惭愧。儿时怀中出生无何能，母以乳汁慈爱而哺育，于此历尽辛劳之慈母，除非极下劣者谁愿弃？”思维其中所说之理，目睹了长久漂泊在此轮回中被无量痛苦重担压得精疲力竭

的一切有情，我甘心情愿撰著能使他们于佛圆满福德所严饰的休憩处——大涅槃之果位中得到休息的窍诀论典，这是在以圆满无量悲心引导飘荡在轮回中的众生。《华严经》中云：“奇哉！善男子，观想有情界，身语意所作所为乃真实引导漂于轮回众生，以无量大悲结合世间或出世间之典籍真实造论，劝勉他人行善，此等同承侍昔日佛陀、供养善逝、树立法幢、开创解脱通衢大道，说为圣士、如意宝顶。”这以上已经宣说了立宗句。

二（广说真实论义）分十三：一、暇满难得；二、寿命无常；三、轮回痛苦；四、业因果；五、依止善知识；六、皈依；七、修四无量；八、发菩提心；九、生圆双运；十、证其不住二边之智；十一、道禅定无垢止观双运；十二、修等持方便；十三、任运自成之果。

第一品　暇满难得

暇满难得品分四：一、总说暇满难得；二、认识暇满之自性；三、明确观察能依所依之自性；四、回向本品善根。

甲一（总说暇满难得）分二：一、略说暇满难得；二、广说暇满难得。

乙一、略说暇满难得：

现在述说真实论义。最初修持菩提的所依即是暇满人身，故于此宣说暇满之次第。

友等暇满宝藏身，六趣之中极难得，
犹如盲人获宝藏，当以极喜修利乐。

所有共同趋向解脱之人即是修持菩提的道友，忠言劝勉心地善良的善缘者说：一个贫穷的人得到如意宝很稀奇，如果一位盲人获得如意宝比这更稀奇、更罕见，而在流转轮回的六道众生中获得殊胜的暇满人身就像盲人获得如意宝一样，值得赞叹。《宣说暇满经》中说：“犹如一位盲人于十字路口拾到如意宝一般，为无





明白翳遮障而漂于轮回之诸众生获得真实人身极为幸运，汝等当恒时修持妙法。”

乙二（广说暇满难得）分八：一、宣说十八暇满；二、虽得暇满然无可信之理；三、劝勉勤于正法；四、今当精进之理；五、暇满难得之理；六、今若不勤则受轮回之苦；七、暇满为诸法之依处；八、以比喻说明暇满难得。

丙一、宣说十八暇满：

何为闲暇与圆满？吾者未生三恶趣，
边鄙邪见长寿天，佛不出世及喑哑，
远离一切八无暇。为人根足生中土，
业际无倒信佛法，具足殊胜五自圆。
值佛出世与说法，正法住世入佛门，
善师慈摄五他圆，即是十八种暇满。
自己具全之此时，当诚精勤修解脱。

理应深思颂词中所说之义。如何思维呢？《婆罗门嘉畏住杰传记》中云：“脱离八无暇难得，获得人身亦难得，具足暇满亦难得，佛陀出世亦难得，诸根具全亦难得，听闻佛法亦难得，依止正士亦难得，值遇真实善知识亦难得。”如果转生于地狱、饿鬼、旁生三恶趣当中，则为痛苦所逼迫，因为身体无有闲暇而不能修法；喑哑之人不具备知言解义的能力，因为语言无



有闲暇而不能修法；长寿天无有修行正法之想，也就因为心识无有闲暇而不能修法；虽有修法之想，但若生于佛不出世、无有正法光明之暗劫中，也不可能修法；虽有正法光明，若成为无有入佛门之心的边鄙野蛮人，也不会修法；虽然想入佛门，但如果成了堕入增损之边的邪见者，则无有修持正法的机会，这四种人因为意无有闲暇而不能修法。因此，转生于八无暇处的众生由于被各自恶业所系而无有修法之机会或缘分。关于此理，《汇集经》中云："断除八无暇，恒时得闲暇。"《般若八千颂广释》中云："地狱饿鬼与旁生，边鄙蛮人长寿天，邪见不逢佛出世，喑哑此等八无暇。"《亲友书》中云："执持邪见转旁生，投生饿鬼堕地狱，无有佛教于边地，转成痴哑野蛮人，长寿天生任一处，此等即是八无暇，远离此等得闲暇，为不转生当精进。"所谓的圆满，《月藏经》中说："具足十种功德之人即是圆满。何为十圆满？即断低劣种姓，不成愚者，诸根不缺，生为男身，相貌端严，不贫穷，不受欺凌，声音悦耳，众人喜见……"但此处十圆满是指《宣说十二圆满闲暇经》中所说的："获得人身、生于圣境、







具足诸根、业际无倒、信仰佛教五种自圆满；佛陀出世、宣说佛法、正法住世、趋入佛门以及他人慈爱行法者五种他圆满。”他人慈爱是指有善知识慈悲摄受引入佛法。十二种圆满是另外加上两种分基而算的。《续释》中云：“转为人身根具生中土，业际无倒具信五自圆，导师出世说法法住世，趋入佛门师摄五他圆。”“暇”是本体，“满”是特法，犹如青莲花与其蓝色一样。《中般若经》中云：“转成人身尚难得，何况暇满皆具足？”

丙二、虽得暇满然无可信之理：

虽然已经获得了暇满人身，但许多人因贪执世间的少许安乐而令其虚耗。

倘若此生未修利，后世不闻善趣声，
业力所牵堕恶趣，长久流转于其中，
不知取舍入邪道，漂于无边轮回中。

自己此生幸得人身，如果没有修成有利之正法，则必将随业力所牵而转于恶趣中，到那时仅仅连善趣的声音也听不到，更何况说获得善趣呢？《入行论》中云：“凭我此行素，复难得人身，若不得人身，徒恶乏善行，如具行善缘，而我未为善，恶趣众苦逼，彼时复何为？”



如若下堕于恶趣处，则长期不能从中解脱。《入行论》中云："纵历一亿劫，不闻善趣名。"

丙三、劝勉勤于正法：

今生若未修持正法，则很难有从深不见底的轮回中得解脱之时机，因此劝勉诸位诚心精勤修持正法。

故今具有自在时，以随善道之缘起，
当依无尽善二资，超越三有之城邑。

在还没有被老衰死亡所缚、所作所为自由自在之时，应当趋入解脱道。如果尽可能行善，则必定摆脱轮回。《广大游舞经》中云："诸比丘，无老衰死、生活安乐、自由自在时，欲解脱者当勤积福慧资粮，汝等将弃离三有城，阻断恶趣门，登上善趣阶梯，获得解脱果位。"

丙四、今当精进之理：

拥有知晓修持利乐之法的暇满人身，并且已承蒙善知识摄受，此时应当渡过茫茫无边、恐怖可怕的轮回大海。

获宝舟时若未渡，无边轮回此大海，
永久于惑苦涛中，受逼迫时我何行？

例如在大海上，自己拥有顺缘的大船时必







须渡过大海。同样，我们应当依靠所得的人身宝舟越过无边无际、恐怖难忍的轮回大海。因为长久沉溺在生老病死的漩涡中无有堪忍的时机。寂天菩萨于《入行论》中说：“依此人身筏，能渡大苦海，此筏难复得，愚者勿贪眠。”

丙五、暇满难得之理：

故速披上精进甲，为除心与心所染，
踏上净智光明道，菩提道中不间断。

什么时候尽除了心与心所之污秽，内心便会现出心性光明智慧，如是串习而行持即是所谓的菩提道。一定要夜以继日毫不间断地精进实修，舍弃睡眠懈怠。《五次第论》中云：“息灭心心所，一切戏论时，无念光明智，无中边显现。”此处所说的心是指存在于三界所依身体上的增益寻思，心所是随后之伺察，它们是障蔽真如的垢染，因此彻底净除心与心所后便会现前无分别智慧。《二谛论》中云：“心与心所乃三界，增益分别伺察意。”也就是说，最初见到外境时缘所谓“这个”的总相而察知的寻思是心，如第一刹那认知这是“青莲花”，尔后缘此事物差别是心所之伺察，如分辨青莲花的蓝色、圆形、花心、花蕊等。《辨中边论》中云：

"唯了境名心，亦别名心所。"又如《俱舍论》中云："寻为粗大伺细微。"如是寻思之心与伺察之心所的一切名言习气于佛地将灭尽无余。《入中论》中云："尽焚所知如干薪，诸佛法身最寂灭，尔时不生亦不灭，由心灭故唯身证。"也就是说，以迷乱二取为因，自证智慧被烦恼网所遮时称为心，因为寻伺是不善地所摄之故。一旦从中解脱便称为佛，因为了知对境却无有耽著寻伺的能取所取。《赞心金刚经》中云："若为惑网掩，即名称为心；若离诸烦恼，即名谓佛陀。"《现观庄严论》中云："胜诸有情心。"此中所说的佛地具有大心是指大智慧。《功德庄严经》中云："众生之心乃分别，佛陀之心大智慧，犹如纯金之山坡，示此清净不净相。"

密乘中说大心与大烦恼均为智慧性即是此理。被无知白翳所遮的人认为成佛时心不灭，这实属愚痴之论调。入定时根识前虽然显现对境，但寻伺的心识已经灭尽。《毗奈耶经》中云："比丘，入定时起心动念虽灭，然根识前并非不现外境。护境眷（人名），此即犹如平静池中显现影像也。"《定量论》中云："内识不动住，眼



见诸色法，彼识即根生。”诸根前显现外境是无分别的。《定量论》中云：“一切诸根识，无有分别念。”

总之，以二取为因生起取境寻思伺察即是所谓的心与心所，灭尽能取所取而认知外境即是智慧。如《吉祥鬘经》中云：“若以能取所取而分，于外境所起之分别念乃轮回之心；无能取所取而了知外境是解脱之智。”

丙六、今若不勤则受轮回之苦：

以往昔善业力而获得人身之士：

今得圆满法根本，无垢珍宝之法器，
不容清凉法甘霖，受轮回苦毁自己。

拥有人身珍宝器，正值降下法雨之时，如若不用法器来接纳，后果只能是被轮回痛苦折磨。《铁室传》中云：“虽已获得暇满器，然未接取法甘霖，彼为难忍狱火焚，长期为业所逼迫。”

丙七、暇满为诸法之依处：

拥有闲暇之所依人身，解脱之正法也会自然获得。

大乐利乐云聚中，所降妙智甘露雨，
流入人身净心田，故当喜悦诚行法。







佛法的甘露雨自然会流入具有暇满人身者的心田里。《华严经》中云："奇哉！善男子，圆满佛法大甘霖亦流入具暇满人身者心田。此外，人身具无量利益功德。"

丙八、以比喻说明暇满难得：

暇满难得之理也可以用比喻来说明。

人天导师佛陀说，犹如盲龟颈恰入，
漂于海中木轭孔，人身较此更难得，
暇满宝身何堪言？是故今起当精进。

佛在经中说：譬如，海底住有一只乌龟，每一百年浮到海面一次，海面上漂浮着一个有孔的木轭，刹那也不停地随风漂荡，当然龟颈也可能入于木轭孔中，（但这是非常困难的，）而从轮回恶趣中得到人身较此更难。《亲友书》中云："大海漂浮木轭孔，与龟相遇极难得，旁生转人较此难，故王修法具实义。"《入行论》中云："是故世尊说，人身极难得，如海中盲龟，颈入轭木孔。"《花丛经》中说："诸佛出有坏现身于世亦难得，转成暇满人身亦极难得，故当以比喻详说此理。舍利子，譬如，此大地亦成一大海洋，其中有一具孔木轭，另有一盲龟，木轭随风漂于海面，海底盲龟每百年方浮到海



面一次，此盲龟颈入于快速漂荡之木轭孔中，而从恶趣再次转生为人并非如是，堕入恶趣者转生为人极其困难。”

仅仅获得人身尚且如此困难，更何况说行持正法的暇满人身呢？《入行论》中云：“如值佛出世，为人信佛法，宜修善稀有，何日复得此。”《顶宝龙王请问经》中云：“亲睹导师极难得，闻说寂法亦极难，转暇满人极难得，具戒信亦恒难得。”

甲二（认识暇满之自性）分二：一、总说；二、别说。

乙一、总说：

如是人分相似身，中等身及珍宝身。

乙二（别说）分六：一、宣说相似人身；二、宣说中等人身；三、宣说珍宝人身；四、当思正法之理由；五、如是思维之功德；六、于业地修法具大义。

丙一、宣说相似人身：

不知善恶行非法，根虽具足相似身，
纵然转生于中土，亦为边鄙野蛮性。

《虚空宝经》中云：“以昔善业之因，既生于人间亦具足诸根，虽转生于恒行正法之境，却不知业与业之异熟，常步入不善道中造恶业，



彼等虽名为人，实乃庸俗之辈，因为死后将堕入无边恶趣之故。”

丙二、宣说中等人身：

佛说未入正法道，颠倒善恶贪今生，
散于愦闹外境中，蛮横放荡弃后世，
不求解脱虽闻法，非殊胜身中等性，
偶尔心向微善法，多时罪蒙慧眼故，
持相自他有何利？彼等在家或出家，
稍许胜过恶趣众，是故称为中等身。

《虚空宝经》中云：“于众生界中，未入正法或虽入正法，然因善恶混杂而行并沉于散漫中而使身语意蛮横放荡，勤造堕恶趣之罪业将堕入三恶趣之此等众生，亦蒙受佛大悲日光普照而具足久远后解脱之种子，故称为中等人身。”意思是说，行善作恶相间杂，只是精勤听闻词句之人不能摆脱恶趣。《三摩地王经》中云：“失毁戒律堕恶趣，彼以多闻不能救。”《涅槃经》中云：“迦叶且看，比丘提婆达多虽听闻受持经藏如护地大象所负之担，却因不善业而堕于恶趣。”《双部经》中云：“药部，任何众生临终时虽出哀号之声，然而除所造善业之异熟果外，无有其他能救之法。”又如颂云：“虽见

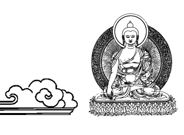


佛出世，已闻犍槌声，亦闻寂灭法，然自未修持。彼人复言说：我心诚愚痴，随诸恶友转，以贪迷惑心，造作诸罪业。我曾依贪欲，杀害诸有情，唐捐诸僧财，感受难忍果。我以损害心，毁坏诸佛塔，亦言诸恶语，殴打自母亲。我今知以身，所造诸罪业，已睹生难忍，大号叫地狱。”

丙三、宣说珍宝人身：

佛说无垢之法器，最为殊胜之正士，
自在闻思精华义，调己劝他行善法，
修行山王极稳固，彼等仙人胜幢相，
无论在家或出家，即是珍宝之人身。

通过听闻善妙法门、思维其义、相应安住而调伏自相续，尔后劝勉他人行持善法，披上解脱大铠甲，这就是持大仙人（佛）之胜幢者，并非仅仅身着出家装束就称之为仙人胜幢。若自己如是精进闻思修，劝人行善，则无论是在家身份还是出家形象，都称为珍宝人身。《德藏经》中云：“德藏，若能以广闻圣教、思维彼义、无惑修行瑜伽，亦能劝勉他众行此，则是天等世间之殊胜庄严，故称为具义暇满，又称珍宝人身。”《中般若经》中云：“须菩提，任何菩萨



自己行善并劝勉他人行善，即成为具义暇满人身，受到诸佛赞叹、称颂、恭敬。”

关于劝他人行善的方法，《广大游舞经》中云：“诸有为法速毁灭，如空闪电不久住，汝于此世存活时，及时行持胜妙法。”或者按照大阿阇黎月称言：“最初必定于闻者，宣说布施教言等，此人堪为法器后，当说甚深之教授。”

如是暇满人身，总的来说可以作为诸乘之所依，尤其堪为无上乘的法器，对此《虚空宝经》中云：“虚空藏菩萨白佛言：‘世尊，如何看待暇满？’佛告虚空藏菩萨：‘心为分别念迷醉而散乱称为系，息灭心之分别而住于自性中称为暇，圆满者即是了知心之自性，于真实义中心得自在，故称为暇满。’”要遵照此中所说来掌握。

丙四、当思正法之理由：

获得暇满人身之士恒时唯一思维正法之理由：

故于大德前闻法，如法修持住正法，
恒常行法止非法，以修法义而住法。

这是殊胜窍诀。因为善知识难逢难遇，听闻正法也来之不易，而做到持之以恒精进修法





就更为难得。《佛分别律·教诲广严城品》中云："诸比丘，且观恶趣众生，后世复得人身亦极难；且观此等具邪见之邪师，值遇真实善知识更困难；且观此等失毁戒律与解脱之破戒者，当唯以行头陀功德、始终修持善法、乐居树下或静处而度人生。"

丙五、如是思维之功德：

如此思维的功德利益：

不久越过三有海，速至寂洲得涅槃。

《天子请问经》中云："天子，始终以精进心勤于善法，将速现前无上圆满正等正觉菩提。"《亲友书》中云："依止真实善知识，梵行圆满能仁说，是故当依诸大德，依佛累世得寂灭。"

丙六、于业地修法具大义：

何者转生为人时，倘若不勤修善法，
则无比其智劣者，如自宝洲空手返，
无义虚度暇满身，故当恒修寂灭法。

转生在有修法机会的业力之地——南赡部洲，尽管已经获得了这样的闲暇人身，但如果不修行正法，则如同从如意宝洲返回时没有取

到宝珠空手而归一般。《入行论》中云："既得此闲暇，若我不修善，自欺莫胜此，亦无过此愚。"所以，如果从微小善事做起，唯一精进修行增上生决定胜法门，将获得众多圆满功德。《宝鬘论》中云："如此常修法，自与诸世间，悉皆心悦意，以此为最佳。由法眠安稳，安乐而觉醒。由内无过咎，梦中亦见乐。竭力孝父母，承侍种姓主，善用忍行施，柔语无离间，实语始终行，获得天王已，依旧成天王，次第成佛果[2]"直到"故知业果理，随同而行持，恒常利有情，即利汝自己"之间，均是说要修持使自他今生来世安乐的善法。

甲三（明确观察能依所依之自性）分六：一、法之根本为心；二、应当日夜精勤修法；三、宣说功德令生欢喜；四、成办超人善妙之理；五、暇满为诸乘之所依；六、观修难得之方法。

乙一、法之根本为心：

从能依所依自性入手，专心观察。

诸法依赖于自心，心依暇满即缘起，

种种因缘聚合时，当调自心诸法根。

诸法依赖于自心，心又依赖于暇满人身，

[2] 次第成佛果：《宝鬘论》原文颂词这一句是"故当依此法"。



这就是能依所依的缘起。心作为一切善法之因，暇满人身作为助缘，此时应当唯一调伏自心。《亲友书》中云："汝当调心世尊说，心乃诸法之根本。"《海龙王请问经》中云："龙王，心乃诸法之本，诸法从心产生、由心幻化，故当彻知心之自性。"《普作续》中云："如是一切显现法，皆为心造心幻变。"《楞伽经》中云："如镜所显像，非有似显现，不知心相者，生起二分别。清净习气力，种种唯心生，人前现外境，世间皆唯心。"又云："境无非实有，唯心无外境，习气扰乱心，尽现外境中。"意思是说，（一切外相）如梦境般现于心中，在迷乱的心前无有而现出内外种种景象，这是由迷乱习气所产生的景象，实际不成实有，但似乎实实在在现于心中，所以说心是诸法的根本。山等外境在迷乱的心前现为不清净，这是心所造的，而山等并非是心，对此下文还有阐述。

如果没有守护住自心，就无法守持学处。《入行论》中云："若不护此心，不能护学处。""除此护心戒，何劳戒其余？""实语者佛言，一切诸怖畏，无量众苦痛，皆从心所生。有情狱兵器，何人故意造？谁制烧铁地？女众从何

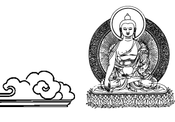
出？佛说彼一切，皆由恶心造，是故三界中，恐怖莫甚心。”“调伏此一心，一切皆驯服。”其中所述均说明了轮回的一切苦乐都是从自心产生的。因此，要努力调伏的就是诸法之根本——自心。《宝云经》中也说：“世间心所牵，心不现见心，一切善恶业，皆为心所积。”《宝积经·迦叶品》中云：“心可造种种业，故如画家；心可造成损害，故如敌人；心可产生一切苦厄，故如怨家。”《抉择众生经》中云：“铁地极炽燃，火舌遍各处，以锋利铁锯，一身锯八瓣，此由诸恶人，三门罪心生。”心是一切苦乐的根本，因此全力以赴就是要调伏这颗心。

乙二、应当日夜精勤修法：

接连不断流转轮回受苦时：

死亡恐怖生无边，贫穷痛苦如雨下，
皆从虚度暇满生，故增上生定胜法，
由思暇满难得生，昼夜喜悦速勤修。

《华严经》中云：“嗟！善男子，漂泊于轮回中之此等众生，未曾思维自己暇满所饰人身得之不易，以恶知识之因流转轮回为苦火所逼，吾因思维殊胜闲暇而从三有中获得解脱，汝等亦当如是而行。”




乙三、宣说功德令生欢喜：

此说暇满之功德：面见导师具实义，
闻修正法亦具义，今生具义来世果，
皆自暇满人身生，故当数数生欢喜。

我们这些人当中，有的往昔面见佛陀并得解脱，有的今生日夜奉行善法使人身有意义，也有来世播下解脱种子的，这些都来源于思维暇满难得。《念住经》中云："乐生且观，汝所见所闻一切善妙皆从思维闲暇中产生，众人任何安乐善妙之法悉皆依此而成办。"因此，已经拥有闲暇的时候应当发自内心欢喜。

乙四、成办超人善妙之理：

此外，宣说成办超人善妙之理：

天等世间众生主，声缘佛子中怙主，
获得无死甘露位，亦从胜宝人身生，
故赞暇满胜天身，已获人身当生喜。

出有坏大能仁获证菩提所依的身体也是南赡部洲人中尊主的身份，因此说人身胜过天人身。《现前菩提经》中说："于天界中不能获证菩提，因有我慢而不能证悟真谛故，彻见唯有暇满人身方可成佛后而前往迦毗罗卫国。"《入行论》中云："复以胜天身（，迅速成正觉）。"





乙五、暇满为诸乘之所依：

人天之中人易得，无念见谛智慧地，
获得人身易成就，深藏金刚乘道果，
故说殊胜暇满身，乃为诸乘法所依。

《俱舍论》中云："欲界中获前三果，末果则由三界得，此无见道无出离，经云此始彼究竟。"密宗之真实义也依靠人身而迅速得以成就。《灭尽四大续》中云："众人倘若精进修，殊胜密宗之此王，即生之中可成就，其余悉地何堪言？"因此说，暇满人身是诸乘之所依。

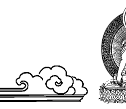
乙六、观修难得之方法：

如何观修人身难得呢？坐在舒适的坐垫上，皈依发心后思维暇满所饰之自身。

犹如穷人获胜宝，怀疑畏恐是梦境，
应当欣喜思暇满，成就现后利乐法。

思维这其中所说之义，就像贫穷之人获得了殊胜珍宝一样，应当为自己得到暇满人身而感到欣慰，一定要唯一修持正法，心想：如果这不是梦该有多好啊！也担心它消失。获得这样的人身也值得从内心生起欢喜，最后将所修善根回向众生。《佛分别律》中云："目犍连，一心思维闲暇，以欢喜心随念人身。"






甲四、回向本品善根：

发善愿将如是宣说暇满难得之福德回向一切众生。

以此妙音甘露语，愿息众生之散乱，
赴往林中断烦恼，疲劳心性今休息。

奉献饰满鲜花的清凉甘露善说，愿以此遣除一切众生散乱度日、虚度暇满人生之业惑，全部前往舒心悦意的寂静处，使长久漂在轮回中疲惫的自心今日得到休息。

本品全义均可摄于刹那心相续中，令人们对轮回生起厌离心，此品撰著圆满并已回向善根。其余诸品也应如是理解。

于静林间岩窟美药树，瀑布泻声鲜花舞饰处，
久劳此心不动而入定，愿令暇满人身具义住。
于此处亦不见野蛮众，息灭烦恼具足七圣财，
祈愿舍离今生此身后，趋至心之国王本来地。

大圆满心性休息中第一品
暇满难得释终







第二品　寿命无常

寿命无常品分五：一、略说；二、广说；三、劝勉精进；四、结行；五、回向本品善根。

甲一、略说：

虽然已经获得了极为难得的人身，但它也是不可信的。因此，教诫诸位必须精进修持正法。

如是虽获难得身，然为刹那无常性，
若详观察无实质，犹如水泡不可靠，
是故日日夜夜中，恒常思维定死亡。

尽管已经获得了暇满人身，然而寿命仅仅是短暂的一瞬间，稍纵即逝，不可能恒常不变，犹如芭蕉树一样无有实质性可言，根本经不起分析。我们一定要坚信：如水泡般的人身虽然暂时一现，但很快就会支离破碎、各自分散。因此，务必要认真观察无常的本性。《因缘品》中云："呜呼有为法，无常生灭性，已生定灭故，当速趋寂乐。如佛说诸法，如星翳油灯，如幻露水泡，如梦电浮云。"

甲二（广说）分十三：一、所爱之身亦是无常；二、





得梵天果亦是无常；三、乃变化性故为无常；四、器情世界皆为无常；五、以诸佛佛子示现涅槃而说无常；六、以无增唯减而说无常；七、外内皆为无常；八、以比喻说明无常；九、终舍一切故为无常；十、三世均为无常；十一、三有皆是无常；十二、刹那亦无常；十三、诸缘时境皆无常。

乙一、所爱之身亦是无常：

如是无实变化的不净身体本是各自分离、不可指望的性质，为此教诫舍弃对身体的贪执，日夜精进观修无常。

此身一切痛苦根，深重烦恼之来源，
虽着衣饰花鬘等，美味佳肴供奉之，
然终无常毁坏离，为鹰狐狸豺狼食，
舍此爱净常执心，当自今起修妙法。

恒时将所谓的自身执为我和我所而以衣食供奉，随顺承侍，他人出言稍有不当就不高兴，便反唇相讥，以免受害。如寂天菩萨说：“身犹须臾质。”不知死主何时来索取，身心分离的时候身体不会随之而去，最后只能成为尸陀林中乌、犬、狐狸、鹰鹫等飞禽走兽的食物。所以，不应该珍爱执著这个身体并为之毫无意义地造恶业，而要像对待奴仆一样使用自己的身体奉行善法，如果它奉行善法，就付与衣食之类的相应薪资，换句话说就是要日夜精勤修持正法。

《教王经》中云:“大王，譬如，四方大山，坚实牢固，未毁未裂，极硬无损，直冲云霄。此四山王倒地，可粉碎一切草木枝叶及诸含生大种，以神足逃，或以威力挡，或以财物赎，或以药物密咒去之均不易。大王，四大恐怖亦复如是，以神足逃，或以威力挡，或以财物赎，或以药物密咒去之均不易，何为四大恐怖？即老、病、死、衰也。大王，老者可摧青春，病者可摧健康，衰者可摧圆满，死者可摧生命，此等以神足逃，或以威力挡，或以财物赎，或以药物密咒去之均不易。大王，譬如，兽中之王狮子住兽群中控制野兽，可随意指使，诸野兽无法堪忍其神威而无可奈何。大王，同理，被死主以利戈刺入时离诸骄慢，无依无怙，无援无助，无亲无友，骨节分离，血肉干枯，身为病恼，口干舌燥，面目皆非，手足颤动，无能为力，丧失威势，口水、鼻涕、小便、呕吐等物染污其身，眼耳鼻舌身意诸根灭尽，出现呃逆，发呻吟声，医生弃之，诸药、美味饮食无济于事，往其他众生中，卧最后床，沉于无始之生老死亡河中，生命所剩无几，畏惧阎王，为灾难缚，呼吸中断，张开口鼻，牙关紧咬，







言说‘布施布施’为业所牵辗转投入三有，孑然一身，孤立无助，远离今世，迁往他世，作大迁移，入大暗处，堕大深渊，入大莽林，往大僻处，为大海冲，为业风吹，无立足地，赴大沙场，为大魔擒，飘于空中，为父母兄弟姊妹子女围绕，气息中断，众人言‘当分财产’，是人哀呼‘痛啊痛啊……爸呀、妈啊、儿子啊……’而拽发。此时，唯有布施、苦行、正法可为助伴，除正法外无余依处，无余怙主，无余救助。大王，尔时正法可作洲岛、处所、怙主、本师。大王，是时自卧榻中，感受后世显现，若堕恶趣则现彼处恐怖相，尔时，任何非法皆不可救。大王，汝如是爱重之身亦终有亡时，具足功德，长久以诸多净食等满足之滋养之，然住于最后榻时医生离弃，众人置之不理，心不安乐即至亡时。大王，如是沐浴、涂拭、香薰身体，以香花薰染亦定出现臭气。大王，如是以嘎谢嘎布、绸缎等妙衣遮掩，然住于最后榻时污垢覆身，亡时赤身裸体离开人世。大王，虽以种种欲妙享乐，然舍一切后于贪不厌足中死时已至。大王，如是汝居室内香、花、飞幡、宝座、妙衣应有尽有，左右置有卧具，

今纵眠其上，然汝身必将被抛于遍布乌鸦、狐狸、人尸等令人发呕之大尸林中，尔后身必纹丝不动卧地。大王，如是汝乘象马，奏动听乐，悦意欢欣，高撑伞幢等，诸君臣亲友美言赞叹，目送而去。然不久亡于榻上，为四人掮，父母兄弟悲痛捶胸，自城南门出至荒野，或葬于地下，或为乌鸦、鹰鹫、狐狸等所食，遗骨无论火焚抑或投于水中抑或埋于地下，皆经风吹日晒雨淋而成粉末，飘散各处，终将腐烂。大王，如是诸行皆无常，无有可靠。”如是广说之理，应当深思。了知死时今生的任何显现均不能跟随，因此希望诸位日夜唯一勤修正法。

乙二、得梵天果亦是无常：

三界圆满善妙主，梵天乐生千眼等，
声誉福德威光灿，亦无胜过死主时。
纵成禅定住数劫，业尽之际必死亡，
一切天人阿修罗，成就之士持明者，
人间君主平凡众，皆畏死亡生无边。

梵天、大自在天、遍入天、帝释天、四大天王等光芒四射，普照世界，胜过千日之光，威光赫奕超过金山，福德声誉传遍天下，成为天上、地上、地下三界之主尊，并有圆满善妙





之财富严饰，然而他们也有死亡之时。《毗奈耶经》中云："诸比丘，且看此等兴盛皆衰而无实，我忆昔日虽于轮回中转为梵天、帝释、四大天王等不可思议之尊主，然皆于不厌足中死亡，堕入恶趣。"又言："且观梵天帝释大自在，千眼遍入亦悉无常亡，日月须臾显现之游舞，大地四洲世界皆成空。"

四禅天及其余诸天、非天、一切苦行成就者、持明者也都超越不了死亡的规律。《毗奈耶经》中云："成就四禅天与人非人，非天仙人苦行盛德者，虽住经久数劫尚无常，不可依靠人身如水泡，终将各自毁离何堪言？"威慑四洲的转轮王、君主大臣、沙门婆罗门以及施主等一切平凡众生都无法摆脱死亡。《因缘品》中云："具七宝轮王，其余小王臣，沙门婆罗门，施主等无常，众生皆如梦。"

乙三、乃变化性故为无常：

因一切皆是迁变的本性故是无常。

今生无常乌云中，死主跳动闪电舞，

昼夜诸时降变雨，淋湿三地诸苗芽。

以暇满人身严饰的寿命犹如夏季空中密布的乌云，自然变化的死主跳起闪电的舞蹈，昼

夜刹那不停恒时降下濒临死亡的大雨，普遍淋湿了三有中一切众生苗芽。《广大游舞经》中云：“三有无常如秋云，有情生死如舞者，士夫寿命如闪电，如陡坡水飞速逝。”

乙四、器情世界皆为无常：

宣说长期稳固静止的器世界与赖以生存运动的有情世界均为无常之性。

器情无常世成坏，七火一水风毁时，
大海洲山所围绕，四宝山王亦无常，
当思一切定有成，一虚空时诚修法。

长期思维此理，以外器世界之坏灭来说明内有情的无常性：初劫形成时，于空无所有、无阻无碍的虚空界中，形成了金刚不坏的金刚十字架风，其上形成了坚如金刚的水轮，在水轮上形成量同第一禅天具铁围山之金刚大地，在大地上，由于空中降雨而形成汪洋，翻滚的水泡分别形成高山与洲岛。小洲世界的须弥山由四种珍宝而成，即东方由水晶而成，南方由琉璃而成，西方由莲宝而成，北方由纯金而成。与水交界处的持双山等七山之间是七湖围绕的外海滩，东方有半圆形的东胜身洲以及依之而存的身洲与胜身洲；南方有肩胛骨形的南赡部





洲与依存的拂洲、妙拂洲；西方有圆形的西牛货洲及行洲、胜道行洲；北方有四方形的北俱卢洲和恶音洲及恶音对洲。须弥山上方是由尊胜宫、四园林、东北方大香树严饰的善见城。群山的边缘是大海，海的四周由等同持双山的铁围山环绕，并有日月庄严，这就是器世界。

依赖器世界而生存的有情有从光明天下堕人间而成为四大洲八小洲的人，以及由恶业所感而分别成为恶趣的旁生、饿鬼、地狱众生。其中旁生以大海为根本处所，饿鬼的主要住所是王舍城下，八寒八热地狱在冈底斯山下，八八相连，近边地狱主要位于无间地狱四周。这是地狱的根本处所。散居旁生、空游饿鬼、孤独地狱在人间也有。六欲天：（一）位于须弥山一半的交界升起日月星辰处住着四大天王天；（二）其上是三十三天，三十三天上方虚空中如星辰般依次是具有无量宫的四天，即（三）时分天；（四）兜率天；（五）乐化天；（六）他化自在天。须弥山间隙中住有诸非天，水间隔处住着罗睺非天，中间住着星鬘非天与项鬘非天，地间隔处住着净心非天，非天的受用可与欲天相媲美。四禅天：初禅三处即梵众天、梵辅天、大

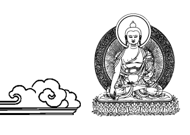
梵天，位于他化自在天上空四万由旬之上。二禅三处即少光天、无量光天、极净光天（即光明天）。三禅三处即少净天、无量净天、遍净天。四禅八处即无云天、福生天、广果天、无想天、无烦天、善现天、善见天、色究竟天。前三者为凡夫所在处，后五者为圣者所在处，又名为净居地五天，这些天界层层向上。四无色天即空无边处、识无边处、无所有处、非想非非想处，也就是有顶。这四处的天人都是因为先前以获得无色等持的某一身份死后而转生到此无色界的。如是所说的一个器情世界称为四洲世间界，这样的一千个世界，周边由高度等同三十三天的铁围山环绕，称为小千世界。一千个这样的小千世界，周边由高度等同他化自在天的铁围山环绕，称为中千世界。一千个这样的中千世界，周边由高度等同第一禅天的铁围山环绕，称为三千大千世界，即是一个殊胜化身示现同等身相而无有前后显现十二相调化众生的世界。

除此之外，十方有圆形、半圆形、四方形等无量世界遍布虚空，其中的众生有的头朝上，有的横着，有的头朝下，遍满无量的种类。

此处以娑婆世界为例，宣说器情世界的成



住坏空时间相等。最初形成，现今稳住，从人寿达到无量岁时毗婆尸佛出世，到释迦牟尼佛出世，直至人寿十岁之间称为劫初长时，也就是说，人寿每二百年递减，尔后每过一百年增长一岁，从十一岁到人寿达八万岁时弥勒佛出世。此后又是每一百年减少一岁，直至十岁之间（称为转长时期），如是上增下减算为一次，共十八次，名为中劫十八返，期间有九百九十五佛出世，之后每二百年增长一岁，直至无量岁，稍许递减时有“胜解佛”出世，其事业、寿量、所化眷属数均等同前面诸佛事业、寿量、所化眷属数的总和，并且调化以前诸佛未调化的众生，以其愿力使包括仅闻三宝声、毁坏根本戒、做微小善事在内的众生皆从轮回中解脱出来，在人间的事业圆满而示现涅槃后其教法仍如期住世，令三千大千世界的一切众生均得解脱。后于人寿十岁时，坏劫的七火将一切焚为灰尘。火是指太阳，有些经中说是七个太阳，有些说出现一个具有七个太阳热量的太阳。实际上，出现了一个具有百俱胝太阳热量的太阳而焚毁一切。尔后尘埃为水所冲，为风所吹，最后成为一虚空，犹如以前未形成时一样。《三



摩地王经》中云：“一旦此世界大种，诸世间成虚空时，如前其后亦如是，当知诸法皆亦尔。”

通过外器世界坏灭之比喻来窥视内在身体也是坏灭的。首先于心之法性虚空中，形成了无明分别之风，以此为因，形成轮回业地之水，以此为缘，由父母精血形成身体之须弥山王，之后形成双目的日月白红明点、十二处、界之四大洲八小洲以及八识聚的七山和铁围山。身语意所依靠的精脉、血脉、中脉是三门三毒三身之所依，代表三界，五脉轮或六脉轮代表五趣或六趣。转生于不同各道中所感受诸多苦乐的这个内大千世界也是聚际必散、生际必死、有为坏灭之本性。到了死亡时，外四大摄入内四大中，即被七火一水毁为灰尘，之后内四大、密四大皆融入本来光明中，此时一切均成为一虚空。身体四大所摄的风脉明点七次为火所焚而殆尽，一次为水所冲而使生命死亡，最后为风吹散而使呼吸中断，身体也就各自分离、消失，最终如虚空般一无所有，此时与从前未形成身体时一模一样。《广智后续》中云：“以风水火熟，形成身器世，风脉及明点，四大壳中住，无变诸光明，迁至虚空室，大（指大种）风脉







明点，七次为火焚，水一冲大融，风吹粗细灭，入光明空界。本怙菩提者，趋至无迷基。”需要观察众生各自世界之隐没规律。《亲友书》中云：“大地山王与海洋，终为七烈日所焚，有情无余化为尘，弱小人身岂堪言？”

乙五、以诸佛佛子示现涅槃而说无常：

此外，思维出于世间的诸多导师出有坏及其眷属示现涅槃以及他们教法隐没的情形，由此也可说明自寿无常。

缘觉弟众佛子中，引导世间诸怙主，
宛如晴空中皓月，为诸星蔓所环绕，
巍然朗然坦然现，亦示无常涅槃相，
无量教法珍宝日，亦渐隐没当观此。
犹如无实芭蕉树，幻室自身何不灭？

曾经出世于此娑婆世界的导师毗婆尸佛、尸弃佛、毗舍浮佛、拘留孙佛、拘那含牟尼佛、迦叶佛和释迦牟尼佛皆如秋季升起的满月一般，妙相随好威光耀眼，为群星般的声闻、缘觉、菩萨、梵天以及四大天王等眷属所围绕，身体光芒四射、巍然而住，语言无卒暴音、清晰朗然，智慧清净无垢、坦然明了，坚固如金刚般的佛陀都已趣入了涅槃，除释迦牟尼佛教



法外其余教法也已依次隐没。观观这种情形，再思维如水泡般无有实质的自身的无常性。《无常因缘品》中云："百福所成千相饰，如来藏身尚无常，犹如水泡不可靠，自身为何定不坏？利众诸佛如日落，正法皓月亦隐没，当知自己之一切，眷属受用皆无常。"

乙六、以无增唯减而说无常：

证得犹如金刚般的佛身尚且无常，那么，好似芭蕉树一样的此身岂能稳固存在？

故定死亡然死期，死处死缘皆不定，
此寿无增恒衰减，死缘众多生缘微，
时不待我当紧迫，自即日起勤修法。

一经出生以后必然走向死亡，只要有生必定有死。《妙法白莲经》中云："有生必有死，有聚必有散。"因时间无法掌握，所以不知何时死亡。《因缘品》中云："明日死谁知，今日当精进，彼死主大军，岂是汝亲友？"死于何方也没有定准。因此，无论前往何方，住于何处，做任何事都应观想：也许会死于此地吧！《妙臂请问经》中云："于山险地或深谷，室内路口或河畔，何方皆思我终处，了知无可适从性，故当遣除喜世间。"





以何缘而死也是不一定的。经中云："有以食噎死，亦有以药亡，何况说逆缘？故死缘无定。"

因为寿命无有增加、唯有减少，是故必定死亡。《无常语》中云："如断水源池，无增唯减故，众皆入死道，谁信暂时寿？"《入行论》云："昼夜不暂留，此生恒衰减，额外无复增，吾命岂不亡？"

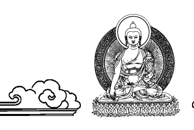
死缘众多生缘稀少，因此也可表明必定死亡。《入行论》中云："死缘极众多，生缘极稀少，是故速死亡，心当向正法。"《宝鬘论》中云："死缘何其多，生缘何其少，彼等亦死缘，是故恒修法。"

乙七、外内皆为无常：

通过眼见外面的破旧城市，更要想到死亡。

四大聚合之心室，虽为动念士所饰，
亦由因缘所产生，乃坏灭性有为法，
犹如旧城无常有，故当迅速修正法。

如是观察从前美丽富饶的城市中遍满人流，后来终有一日人去城空的这幅场景。呜呼！轮回之法皆是前兴后灭，所有人最终只留下名字而已。同样，为珍贵的衣饰所装点、种种分



别动念所严饰四大聚合之自身这个房室也终将塌毁，仅仅剩下骨骸而已。到那时，也许会有些人念着自己的名字说“这是某某的遗骨”。因此应当深入思维此理。《亲友书》中云：“身际如灰干际坠，终究不净无实质，当知一切皆坏灭，各自分散之自性。”

乙八、以比喻说明无常：

尽管在漫长的一生中享受善趣安乐，然而，如梦初醒般瞬间就会趋向死亡。

犹如赤风中油灯，刹那无常动摇性，
骤然猛烈之死缘，降临自己头上时，
不能久住定死亡，故应当下修正法。

例如，和风吹动的草原上有一盏油灯，偶尔刮起一场狂风时，油灯便会熄灭。同样，应该想到：自己犹如油灯动摇般的寿命被夜以继日的无常和风吹动而趋向衰老，迅速死亡，无有余地，并且定会受到狂风般病缘或损害的威胁。《致弟子书》中云：“如为狂风所吹之油灯，寿命瞬间住准亦非有。”

乙九、终舍一切故为无常：

因为最终必将抛下一切而离开人世，由此



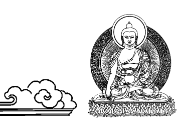




也要观修无常。

眷属受用与亲友，美貌韶华财种姓，
皆需弃舍独自亡，无助益者随善恶，
尔时依处唯正法，为何今不勤修持？

死亡时，今生的眷属、受用等任何事物都无济于事，必须离开人间，随着善业恶业而流转，此时唯有正法能够救护。《教王经》中云：“国王趋入死亡时，受用亲友不随身，士夫无论至何处，业如身影紧随后。”《德施请问经》中云：“杂业寻受用，养活子与妻，极苦死亡时，子妻非依处。如做种种事，亦舍子与妻，独自受苦果，时无代受者。父母兄弟妻，仆财眷属众，死后无跟随，诸业随其后。”尔时积累深重罪业的人们会出现被往昔所宰杀的众生和阎罗狱卒用轮、索束缚牵引的景象。《入行论》中云：“若今赴刑场，罪犯犹惊怖，口干眼凸出，形貌异故昔。何况形恐怖，魔使所执持，大怖忧苦缠，苦极不待言。谁能善护我，离此大怖畏，睁大凸怖眼，四方寻救护。四方遍寻觅，无依心懊丧，彼处若无依，惶惶何所从？”到了死时再忆念正法也已为时过晚，如同犯法者落到刽子手的掌中时方寻觅救护者一样。因此必须



从现在起就忆念正法。《入行论》中云："未肇或始做，或唯半成时，死神突然至，呜呼吾命休！"也就是说，三宝与善法才是真正的皈依处。《净施请问经》中云："父母亦非吾依处，亲财韶华亦非尔，唯有具足功德者，沉轮回众之依处。吾愿为佛舍身体，生命受用皆舍弃，唯有皈依三宝外，无有余众吾皈依。"

乙十、三世均为无常：

如是思维轮回之处、自相续以及他众皆是无常之本性。

思维世间前后代，先前无量人已逝，
如今人间多数众，百年之内定死亡。
未来一切亦复然，且观老幼同辈去，
吾亦不离此性故，当思定死而修法。

呜呼！诸位善友，且观外境的迁变，再看看百年以前那些人们有留下来的吗？现在我们大多数人百年之后也仅剩下名字而已，未来的一切众生也都与此相同，因为从来就没有生而不死的情况。比自己年长的、较自己年轻的、与自己同龄的许多亲友、怨敌相继离开人世，由此也要想到自己也不例外，终究必死。《因缘品》中云："自某日夜晚，初入母胎人，寿无增





唯减，一去不复返。上午见多士，午后有不见，午后见多士，翌晨有不见。诸多男与女，亦有壮年死，说此年轻人，岂有存活准？有者胎中死，有者落地亡，有仅爬行逝，有跑时夭折，有老有年幼，有些壮年人，相继而离世，如果熟坠地。”

乙十一、三有皆是无常：

三界地狱至有顶，无一胜过死主者，
悉皆无常无实质，不可依靠如车轮。
尤其人世多损害，成多病魔之祸源，
兵刃火灾险地毒，猛兽国王与怨敌，
以及盗贼土匪等，摧毁生命坏圆满。

无论在六道任何一处，都没有不受到死亡威胁的地方，由此就该想到三界六道的一切众生均摆脱不了死亡。《毗奈耶经》中云：“无论是虚空，大海或山洞，住于任何处，无有不死者。”

无论死于任何地方都是只舍弃身体，而心却随着以前的业力屡屡流转在轮回中。《广大游舞经》中云：“三有无明诸众生，愚痴之故而流转，人天三恶趣五道，犹如瓷师之轮盘。恒恋美色动听声，妙香美味及乐触，众缚恶世之



网中，如猴困于猎人网。”

尤其是，人间的损害更为繁多，诸如麻风、瘟疫、风、胆等疾病，小儿鬼、食肉鬼、空游鬼、厉鬼等多种魔鬼，国王、怨敌、野人、灾祸等数百危害剥夺人们的丰富财产、生身性命，会造成骤然暴死，因此必须精进修持正法。如《摄功德宝经》中云：“人世鬼魔疾病多，益慈心谛加持灭。”

乙十二、刹那亦无常：

不仅有这般损害会导致死亡，即使无有此等危害，也免不了一死。

纵然无有诸损害，士夫寿命亦流逝，
昼夜刹那皆变化，逐渐靠近死主域，
犹如江河汇于海，或似日落于西山。

即便自己终生没有遭受任何突如其来的损害，并且试图以相应的饮食、营养等来延年益寿，但却无济于事，终究要死。《入行论》中云：“纵似今无病，足食无损伤，然寿刹那逝，身犹须臾质。”其实，人生一刹那也不会停留。《聚宝顶经》中云：“须菩提言：‘士寿犹如陡坡水。’”《毗奈耶经》中云：“陡坡水流入大海，日月濒落于西山，昼夜须臾自然逝，人寿流逝



同此等。”

乙十三、诸缘时境皆无常：

食等生缘虽圆满，尚有如毒生苦时，
数多逆缘之危害，岂能不灭诸圆满？
是故无不成死缘，死亡处缘期不定，
当弃无义欺世法，诚修死亡无常法。

有利于存活的饮食也会成为罹患疾病的根源，尽管暂时似乎有益，但从长远来看，却成了损害。诸如为利于疗病而服用泄药，结果也有使病情恶化的，更何况说遭受逆缘之损害而中断寿命呢？也就是说，一定要想到无有不成为死缘的，因此应当唯一思维死亡。如前所说，无法确定死于何处、以何缘死、何时死亡，今天不死的把握也没有。《入行论》中云：“若思今不死，安逸此非理，吾生终归尽，死期必降临。”

甲三（劝勉精进）分三：一、具足上师窍诀时当修法；二、若不精勤则不得解脱；三、于不听善妙教诲者生悲心。

乙一、具足上师窍诀时当修法：

获得暇满人身的这一大好时刻，应当脱离轮回。



此时吾得暇满舟，正具上师窍诀桨，
若不精勤渡苦海，更无较此愚痴者。

自己拥有暇满人身之舟，并且具足佛陀开创的妙道——殊胜上师之法理船桨时，如果不精进修法，那可真是自我欺惑、愚痴至极。《致弟子书》中云："今已获得诸佛所开创，犹如大舟法道复舍弃，好似喜爱轮回海浪花，犹如舞者必定欺自心。"

乙二、若不精勤则不得解脱：

劝勉诸位定要诚心精进修法。

何故佛赞珍宝器，净除诸过获正义，
若不成办自他利，则自束缚轮回狱。

获得如是闲暇人身时，如果不修持有利于自他的正法，则将永远为轮回之索所缚，因此劝勉具有智慧者为摆脱轮回而勤修正法。《致弟子书》中云："获得人身越过生死海，亦播殊胜菩提之良种，功德胜过珍贵如意宝，何者虚度人生令无果。引导众生心力广大者，一切如来得道依人身，天龙非天大鹏持明者，腹行与人非人皆不得，已获来之不易人身后，故当思维法义勤修持。"








乙三、于不听善妙教诲者生悲心：

虽然我忠言劝诫，但有些众生却无动于衷，因此对彼等生起厌烦心而寻求自我寂灭，同时也发心：但愿有朝一日能以强烈悲心引导他们。

呜呼如同教诲石，思多世人增厌离，
开示不悟讲不解，明日死亡今执常，
贪著轮回无厌心，明知我慢明懂迷，
愦闹散乱降惑雨，何时我利此等众？

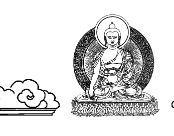
悲哉！对于极为愚昧的众生，无论如何宣说，以种种表示与无量方便来摄受，却徒劳无益，他们无有证悟之时，百般传讲也不理解。有些人甚至自己明日就要离开人间却似乎还要住数劫一般，仍然贪执实有，从而一味散乱于今生之琐事上；有些人烦恼如烈火，弃离善法；另有些人自相续为嗔火所焚，因嫉妒他人而通过多种途径竭力恶言谩骂、揭穿过失、恶语中伤、无端诽谤；有些人虽然遭受诸多苦楚逼迫、折磨，但相续中从未对轮回生起丝毫的厌离心、出离心；有些人听闻少许佛法，略晓一二便骄傲自满，进而藐视他人，并且到处蔓延争论与千种烦恼之火焰，使自他相续的善薪焚尽无余，因为破誓言失戒律而日夜降下不善雨水。见到这些（刚强难化）的众生后，我偶尔会生起自

己趋向菩提、独自于寂静林中修持甚深禅定的心念，但大多数时间是以悲心祈愿“有朝一日唯以我令他们获得解脱”，会产生如此广大的心力。

因此，我今发愿肩负起无上重任而言：愿以我福德，令十方世界，一切诸众生，悉离苦得乐。愿短寿患者，长寿健康乐，饥渴苦难者，饮食皆富足。愿离王盗匪，野人水火险，余怖诸灾难，获得诸安乐。愿所想所欲，皆如意成办，恒时行善法，获解脱菩提。愿王善护国，政策和缓兴，臣增如法想，庶民恒安乐。愿离恶趣苦，获得善趣乐，息灭善趣苦，一切皆吉祥。愿三界有情，心地悉善良，不生罪恶心，以法度日夜。愿举国丰收，无病离诸害，相互无冲突，幸福似天界。愿诸事遂成，欲财眷仆誉，皆如愿以偿，圆满大福德。愿世人政增，出家众法增，欲德者智增，终生吉祥增。愿禅师成就，等持解[3]神通，神变等道果，现前解脱智。愿诸苦难者，意复欢喜增，懈怠怯弱众，精进修菩提。愿具福财饰，禅定持净戒，具忧怖失者，恒不离安乐。愿行利众尊，寿事业无

[3] 解：指无碍解。

量，他利悉圆满，长久住世间。愿凡依我众，福善极增上，知足具调柔，圣者之七财。愿于我赞毁，讥讽或诽谤，见闻念触者，皆越三有海。愿仅闻吾名，即生摧三有，离苦得乐后，证无上菩提。愿今起诸世，我如地等大，成众生存因，利乐诸有情。愿贫眷邪行，无端遭诽谤，成解脱善资，恒时勤利他。愿众生诸苦，皆成熟吾身，我之诸福德，成熟于他众。以吾善心力，愿众得快乐，梦亦不见苦，获得喜乐海。愿我令遍布，十方虚空界，所有佛众生，具足一切乐。愿我名声传，十方诸世间，应需普降雨，供养佛有情。十方六道众，佛未救度者，愿我悉救度，轮回海成空。大乐光芒为饰珍宝源泉池，遍布大地虚空诸众善云成，拂尘宝伞作为三界热恼荫，愿众成就具足净水佛莲花。具有天女乐受青莲鬘头饰，池中水鸟起舞慈爱花蕊上，幻化天鹅旋花不谢净刹湖，愿众赴往离诸惑害满禅刹。无垢朝阳红光星鬘萦绕月，成具目者甘露威光胜梵天，相好庄严无量光佛菩萨饰，愿众无勤往生光芒遍空刹。圆满三身寂静离尘无云空，无一多不可思无为性本地，愿众净心憩于自成普贤刹，竟至不缘广狭



高低偏堕界。”

此后毫无厌倦以清净心于山岩前精勤于自他二利之事业。尽管我以如此饶益心激励而宣说自己所目睹的无常法，然而听闻者却不生丝毫厌离心，内心一直摆脱不了常执，如同对放在面前的石头说法或对旁生开示一样。好似旁生的教证，如《无常语》中云：“师言如我汝亦死，于此无常之窍诀，甚至怀疑亦不生，呜呼我真似旁生。”

甲四（结行）分二：一、欲越轮回者当观无常之理；二、宣说功德。

乙一、欲越轮回者当观无常之理：

于此尽力劝勉诸位在没有对轮回彻底生起厌离心之前，应当精进观修无常。

于此奉劝欲度过，过患轮回之苦海，
成就稀有妙德者，即日思维定死亡，
昼夜唯观修无常，反复生厌出离心。

无论行住坐卧、进餐、散步、言谈、见到人群还是居于都市城邑、静处，时时刻刻都要观修无常，所见所闻皆当忆念无常之自性、无常之比喻、无常之教诲。《入行论》中云：“故吾当一心，日夜思除苦。”如果没有思维无常，







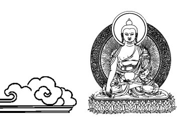
会有什么过患呢？那只能是随着今生转，图名求利，贪婪嗔恚，懒惰懈怠，积累贮存，争论不休，修法不稳，因而不能从轮回中速得解脱。

即使是世间平平常常的一件事，如果只是偶尔有空才做，也不会成功，更何况说获得解脱菩提果了。因此，在没有证得佛果之前，务必要长期精勤努力修法。燃灯佛、释迦牟尼佛等最初也和我们一样是众生，但他们却依靠精进力而得以成佛了，我如今仍然漂于轮回中，尽管以前有无数佛陀出世后趣入涅槃，可是我们却未能成为他们调化的对境。思维自己因业力所牵而漂于无边轮回中的道理，应当下定决心在今朝的这一生就必须踏上菩提道。此身也如瞬间的借用品一样，因此必须思维无常，诚心精进修法。《入行论》中云："今后若不勉，定当趋下流。饶益众有情，无量佛已逝，然我因昔过，未得佛化育。若今依旧犯，如是将反复，恶趣中领受，病缚剖割苦。"《现观庄严论》中云："如天虽降雨，种坏不发芽，诸佛虽出世，无缘不获善。"

乙二、宣说功德：







若如是昼夜唯一观修死亡无常，则功德无量，归纳而言即：

彼成现后利乐法，勇猛精进而修持，
舍今世断我执迷，总之成就诸妙德，
拔出诸过解脱因，急修法根本无常。

当情不自禁地生起了定死无疑、现在必死、不知能否待到明日之心时，自然而然会以如熊熊烈火般勇猛精进而修持正法，依此踏上有利于现世后世的正道。目睹今生之显现无法长存而心不贪执，自然断除纠纷斗争、怀恨在心、嗔怒损恼、危害他众等一切恶业，因无暇生起我慢我执我所执，以不同意乐相合众人并且令人生喜，了知一切财产眷属亲朋好友皆是无常从而对他们不生贪执，他们无论惨遭别人的损害还是蒙受他人的饶益，无论受苦抑或享乐都不生贪嗔之心，他们已故或者离去或者不在也不忧伤。自己无论身处何地，都不会积累贪恋之业，无论出现顺缘还是逆缘，相续中都不会产生自相贪嗔执著，日日夜夜唯以善法度过，由于修法一帆风顺使得戒律、苦行究竟圆满，梵行清净无垢，不为堕罪所染，因为勤修道法而广积二资路粮，因威仪不杂罪业，从而对所







作所为无有后悔之心，重新生起殊胜的信心、悲心与出离心，承蒙诸佛菩萨垂念，人、非人无机可乘，喜乐善法之天神鼎力护佑，睡眠安乐，起床安乐，行走安乐，散步安乐，具足安乐，死时安乐，转生乐趣，面见如来佛子，听闻乐法，修持乐道，于大乐洲获得大乐果位。《毗奈耶经》中云："谨持梵净行，精勤修正道，死时无忧恼，摆脱燃烧室……"此中宣说了观修无常可以获得无量功德。

甲五、回向本品善根：

现在宣说将如此认真撰著本品所得之善根回向于众生。

如是法理苍鸣声，发出深益教妙音，
愿众散乱执常惑，疲劳心性今休息。

从增长善资白光的大海中出现的云彩打起呵欠，发出胜过苍鸣的巨响，从而普降法理之雨，依此灭除三有中疲惫不堪的众生常执心之一切垢染，在本来怙主日光严饰的美宅中享受大乐受用，获得慰藉。

犹如梦境漂动诸众生，聚际必散之性无实质，
好似过客同路之友伴，愿证无常变化之本性。







士夫寿命消逝如秋云，如电如幻亦如陡坡水，
无常不稳变化之本性，愿即日起真实得证悟。
任何具有众多境域财，名声远扬广大功德者，
亦是动摇之法无可信，愿众证悟四边之自性。

大圆满心性休息中第二品
寿命无常释终



第三品　轮回痛苦

轮回痛苦品分四：一、总说痛苦自性；二、分别广说；三、思维轮回痛苦之理；四、回向本品善根。

甲一（总说痛苦自性）分八：一、略说痛苦；二、宣说痛苦之比喻；三、宣说为欲所诱之比喻；四、不断受六道痛苦逼迫；五、怨亲不定之理；六、投生无数痛苦之理；七、纵得梵天之果亦终将受苦之理；八、变化之性故痛苦。

乙一、略说痛苦：

如是已证悟寿命无常之后，为宣说轮回自性本是痛苦，首先承上启下：

如是三界轮回法，无常变故极痛苦，

苦苦变苦及行苦，六趣众生真悲惨！

《教王经》中云："大王，此有（三有）变化，此有无常，此有痛苦。"为苦苦、变苦、行苦所折磨的此等六道众生沉溺于苦海中(真是悲惨)！

乙二、宣说痛苦之比喻：

以比喻说明产生痛苦之理。

如火猛兽野人中，陷入国王囹圄众，

连续不断受痛苦，仍无解脱时增忧。

如是众生感受种种苦厄，前一痛苦尚未消



失，后面的痛苦已随踵而至，无有堪忍之时，遭受着无量无边的痛苦。《宝鬘论》中云："诸方虚空地，水火风无边，如是许苦难，有情无边际。"又云："苦短尚难忍，何况时久长？"《业分辨经》中云："三有之苦，无有清凉之时，故如火坑；恐怖悲惨，故如处于暴怒猛兽、野人之中；难有解脱时机，故如困于国王囹圄中；屡屡涌现，故如海涛；摧善趣命根，故如哈拉哈拉毒。"

乙三、宣说为欲所诱之比喻：

虽有离苦得乐心，现行苦因受苦果，
犹如飞蛾扑灯火，贪恋欲境受诱惑。
犹如野兽蜂鱼象，为声香味触引诱，
当观五欲惑有情，唯受痛苦永无乐。

此等一切众生由于不知取舍，尽管千方百计欲求享受乐果，但是没有断恶行善怎么能离苦得乐呢？他们虽然想获得安乐却从来没有行持过善因，虽想脱离痛苦，却勤造恶业之苦因。一切痛苦都是从三毒五毒等烦恼中产生，形成集相，以致感受各种苦果。然而，愚昧的众生却执迷不悟，依然如故造罪，如同盗贼虽受到断臂的惩罚却仍旧盗窃，最后惨遭断头之苦。《入行论》中云："众生欲除苦，反行痛苦因，



愚人虽求乐，毁乐如灭仇。”

众生到底是如何毁灭自乐的呢？由于贪执五欲使烦恼增强，从而感受痛苦，犹如飞蛾因贪求色法而扑向灯光以致被焚；野兽因贪恋听闻琵琶妙音而遭杀；蜜蜂因贪享蜂蜜之源花朵而缚于花丛中闭气身亡；鱼类为鱼钩上的诱饵所欺惑而遭捕杀；大象因贪执清凉所触而步入湖中导致送命。《道情歌集》中云：“三有手印欺诸众。”又云：“呜呼愚众中箭[4]言，当观鱼儿飞蛾象，蜜蜂野兽亦复然。”

烦恼从五种欲妙中产生，以此漂泊于无边无际的轮回中，这五欲比剧毒更可怕。关于此理，《致弟子书》中云：“如毒欲妙初享仅生乐，如毒欲妙成熟苦难忍。如毒欲妙愚痴黑暗蒙，难除动摇如毒欲妙力。心若详察诸毒与欲境，欲妙过患非如毒易忍，毒发一次毒性即灭尽，欲妙他世亦会转成毒。倘若毒中掺毒可息灭，殊胜密咒解毒药可疗，方便运用毒能利于人，剧毒欲妙永远非如是。”

乙四、不断受六道痛苦逼迫：

[4] 中箭：指萨绕哈尊者。







众生接连不断流转于三有中感受种种痛苦。

天界人趣阿修罗，旁生饿鬼及地狱，
轮回六道如水轮，周而复始苦无边。

《宝鬘论》中云："三道之轮回，无初中末转，犹如旋火轮，彼此互为因。"

乙五、怨亲不定之理：

如是流转于轮回中时，众生彼此成为亲、怨、不亲不怨皆不定。

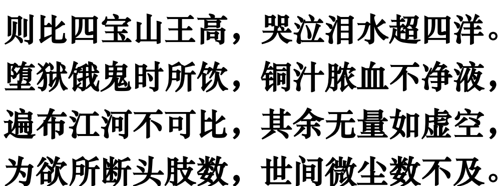
多生累世每有情，皆成亲怨与中等，
苦乐利害不可数，父转成母母成妹，
妹成自子皆不定，亲友成怨亦无穷。

自无始以来，于多生累世中，无有任何一个众生未曾做过一切有情界之父母等，并且彼此互为父母、亲怨的数量也不可胜数。《亲友书》中云："智者于此求不得，病老死等众多苦，根源轮回当生厌，亦应倾听彼过患。父转成子母成妻，怨敌复次成亲友，是故流转轮回者，无有少许确定性。"

乙六、投生无数痛苦之理：

若思前生后世业，厌离更为增厌离，
自成蝼蚁诸身体，倘若堆集于一处，



则比四宝山王高，哭泣泪水超四洋。
堕狱饿鬼时所饮，铜汁脓血不净液，
遍布江河不可比，其余无量如虚空，
为欲所断头肢数，世间微尘数不及。

《念住经》中云："诸比丘，当于三界生厌离心。何以故？流转于无始轮回中时，生为蝼蚁所弃之身，若积一处，则高于须弥山王；哭泣之泪过于四洋之水；无数次堕于地狱、饿鬼时所饮之烊铜汁、脓血、黄水、鼻涕，亦多于四洲内汇入大海之四大江河水；为贪欲所断之头肢亦超于恒河沙数世界中地、水、火、风之极细微尘数。"《亲友书》中云："每一众生所饮乳，胜过四大海洋水，今仍流转投异生，未来所饮更过彼。过去每世所遗骨，堆积一处超山王，地土抟成枣核丸，其量不及为母数。"

乙七、纵得梵天乐之果亦终将受苦之理：

流转于轮回中时，即使享受梵天等之安乐，最终也会感受无量痛苦。

转畜夜叉鸠槃荼，腹行等受多苦乐，
纵得梵天帝释果，四禅无色七宝地，
功德圆满君主位，亦堕恶趣受剧苦。

连续流转于轮回中时，地、水、山、洲、

虚空界的一切境域，无有一处未曾去过，也曾无数次做过天人、龙、夜叉、乾达婆、鸠槃茶、历蛰波（音译）、梵天、帝释以及转轮王，期间没有未曾享受的快乐与未感受的痛苦，又堕入恶趣受苦，这真是令人极生厌离之处。《致弟子书》中云："百次流转何有未成众？往昔多次岂有未享乐？何有未获如白拂尘福？纵有一切然仍增贪欲。岂有未住之洲未存水？无有任何未住之境处，未至之方虚空亦非有，然未满足增长诸贪欲，往昔多次无有未受苦，然无离贪知足之有情，无有未入彼胎之众生，然诸轮回众生未离贪，投生流转此等广大众，享乐受苦多次辗转故，无有任何未成亲友者。"

乙八、变化之性故痛苦：

如是不断漂泊于轮回中时，也理应思维其余厌烦之事。

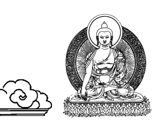
即生享受无边福，一切高者死亡后，
亦成贫苦可怜仆，如梦富足醒时无，
苦乐无常变苦性，若深思维更增厌，
是故三界诸有情，莫贪有乐修菩提。

纵然获得帝释天、梵天、他化自在天以及人间的安乐，当往昔的善果穷尽时也会感受痛





苦。梵天、帝释天、转轮王、天人、从凡夫到广果天之间的禅天、无色天界的众生死后都会堕入恶趣诸处，以往昔的业力而感受多种苦乐。《现行经》中云：“某时导师狮子尊，自兜率天降临前，于诸天人赐教言：断除一切诸放逸，天界众多之喜乐，皆由善业因中生。故当报答其恩德，所积善根今穷尽，何处感受不乐苦？复将堕于恶趣也。”关于此等详细内容在《广大游舞经》、《毗奈耶经》中也有明说。如同梦到自己成为财物、住宅、受用圆满的天王或人君，醒来后一无所有，如《入行论》中云：“人生如梦幻，无论何事物，受已成念境，往事不复见。”又云：“死时舍一切。”《亲友书》中云：“帝释堪称世间供，以业感召亦堕地，纵然曾为转轮王，于轮回中复成仆。纵然长期于天界，享用婀娜之天女，复堕地狱遭碎断，感受极难忍受苦。长久居于山王巅，随足起伏极惬意，复沦煻煨尸粪泥，同熏难忍之苦味。与诸天女相倚喜，美丽乐园共嬉戏，复将为诸剑叶林，斩断手足与耳鼻。或入曼陀妙池沼，天女金花艳彩容，舍身步入无滩河，炽门难挡受热浪。欲天界中大乐者，梵天离贪得安乐，复成无间狱火



薪，不断感受痛苦也。获生日月自身光，照耀一切世间界，死后复至黑暗处，伸展自手亦不见。如是知成罪恶后，当撑三福之明灯，独自趋入日月光，无法遣除之暗处。”

之所以分别称欲界、色界、无色界为现、半现、不现城，是因为彼等分别乃粗大、明清、不现。劝诫诸位切莫贪恋此等些微安乐，当勤修无上菩提。换句话说，必须毫无间歇地精进修持善法。《亲友书》中云：“头或衣上骤燃火，放弃一切扑灭之，精勤趋入涅槃果，无余比此更重要。”

甲二（分别广说）分三：一、迷基；二、迷理；三、分类。

乙一（迷基）分二：一、宣说三界迷乱之所依；二、宣说八识聚迷乱之基。

丙一、宣说三界迷乱之所依：

所有一切痛苦的根本所依即是内在身语意三界。

众生身语意三门，欲界色界无色界，
现与半现不现城，苦苦变苦行苦逼，
由心意识增长故，不断迷现境苦乐。

因为身体是粗大物质聚合而成，故为现城；语言犹如空谷声无而显现，故为半现城；意识无有五根门之相无实，故为不现城，从而分别





立名为欲界、色界、无色界。有何根据呢？《集密意续》中云："粗大身欲界，微细语色界，极微意无色。殊胜童子光，住于此三城。"所谓"殊胜童子光"是指自然本智。如是三门为三苦所逼，均以分别念之缘而连续感受迷乱显现。

是如何显现的呢？六识分别由经各个根门而出现在六识聚的对境中，由于缘取对境的缘故，心识的相续沉迷在痛苦、安乐或不苦不乐任何一种中，分别显现色等相的部分为识；首先笼统认知对境的粗略相者为心；尔后观察它的差别并持续起贪嗔痴任何一种之心所称为意。《菩萨地论》中云："现外境为识，初寻思为心，尔后伺察彼差别之心所即为意，此三者相应具足，即以遍行之本性而存在。"意思是说，心存在的缘故，心所也随之相应产生，心所以助缘的形式存在于心遍行之中；心所也因为以心普遍相关而形成，为此心也是以相应助缘的方式存在于心遍行中。通过智慧衡量外境时，最初缘外境总相或本体的部分称为心；尔后衡量它的别相者，称为心所。尽管如此分开立名，实际上仅是认知伺察对境之识而已，别无其他。《宝鬘论》中云："若谓谁见心，名言中说心，



无心所无心，实无不许俱。”

对于实相无有分别的佛地，虽然通过了知外境而分别衡量现境却不能称为心、意、识，因为无有能取了知所取而执著二现之故。《赞心金刚经》中云：“众生心意识，习二取假立，无念智无彼，见性意胜智。”《宝积经》中说：“既远离心、意、识又不舍等持，此乃善逝不可思议智慧之窑。”即是说，外境中无论显现色声等什么形象，依靠可与它相同的心来认知，故称为识，或者令生起与对境相同的心，故称为识；当认知对境时，最初觉知所谓的“这个”的部分称为心；不断出现伺察其差别使相续相联产生，故称为意。能衡量境相之识刹那明然出现于各根门而伺察时，若执著安乐则为贪心；若执著痛苦则为嗔心；若无有苦乐感受仅仅耽著所谓的“这个”则是痴心。譬如，看见曾经相识已久的妻子（生起贪心）；见到击败自己的敌人（生起嗔心）；看到墙壁、水流、大路、树木以及一般之人无喜无悲（生起痴心）。《毗奈耶经》中云：“见亲人生贪，值害敌起嗔，遇中者增痴，当护汝根门。”





丙二、宣说八识聚迷乱之基：

现在广说彼等现基与分类：

普基识意五根识，依次乃为处次第，
彼生因果三有苦，根本无明能所取，
形成境身心习气，执我我所成轮回。

心识出现在各自对境上的当时，清然无分别而觉知的心称为阿赖耶识（即普基识），尔后执著它的心详细或笼统地伺察对境的形象，即是意。《文殊智慧庄严经》中云："心乃阿赖耶识，我执即为意。"此外，依靠眼睛看见色法的见到部分，即为眼识。同样，依靠耳朵听到声音、鼻子嗅闻气味、舌头品尝味道、身体感受所触的认知分就是它们的识，这是五根识。从前面的部分产生后面识的缘故称为处；因为它们的境与识一切存在之缘不可估量，故而数量多、范围广，又不舍各别之分，由此称为界；如同有境的识依于对境一样依缘而现并且前后相联而起，成为有法与法性的关系，故称为缘起。境与有境之识二者聚合时，从感受、觉知安乐等相的角度来聚合，依触之缘而称为受。诸如此类的差别无量无数。

归纳而言，即依靠境、根、作意三者聚合所生之三毒而引发的一切业均是不善业；所生



之安忍等远离三毒的一切业为大善业；未以智慧、大悲摄持十善之类的业是劣善业。因为这类善业为愚痴地所摄，产生轮回乐果以后将会穷尽，所以称为随福德分善。只要是以（智慧大悲）正道所摄持的善业就能成为菩提之因，故称为随解脱分善。

由三毒引发的不善业成为堕入恶趣感受诸苦之因；以随福德分善业将会拥有增上生人天之安乐；随解脱分善业成为获得暂时增上生、究竟决定胜之因。《宝鬘论》中云："贪嗔痴及彼，所生业不善，无有贪嗔痴，及彼生业善。不善生诸苦，投转诸恶趣，善业生善趣，世世享安乐。"

人们将一切如梦般似乎显现的外界事物认定为"他"，由此便形成了境之习气，从而显现出形形色色的清净和不清净相，并且成为迷乱之处；尽管身体是由四大产生的，但由于未了知真如本性而形成了身之习气，由于执著从蕴、界、处等染污法以及由此所生的苦果部分而成为迷乱之所依；自然光明智慧本体空、自性明、显现种种现相之门不灭，由于耽著为自相能取所取而形成心之习气，以致出现三毒、五毒，并且成为具有我执与我所执之迷乱的根本，从而产生







如影像、梦境、毛发飘落般无而显现、似乎真真切切的轮回迷乱相。也就是说，将能取执为我、所取执为我所，诸如将住宅执著为我所之心。

乙二（迷理）分二：一、了知本面而解脱与未知本面而迷乱之理；二、以我所执漂泊轮回受苦之理。

丙一、了知本面而解脱与未知本面而迷乱之理：

现在广说迷乱之基与迷乱之理：

心性无变圆成实，法身然以无明执，
所生遍计之串习，迷现不净依他起，
执著心境自他法，由此自生无量苦。
将证不变心性义，修道无倒圆成实，
诣净依他起刹土，弃离有城得休息。

唯识宗论典中宣说了三大宗义，即遍计所执法、依他起性、圆成实性。

（一）遍计所执法包括相成就遍计与差别遍计两种。

相成就遍计：指不存在本体仅以分别念假立的任何一法，如兔角和所谓的"我"。而且，也包括所谓的劣宗与某某事物的名义由心安立的一切法。为什么呢？例如有人被取名为狮子，然而寻遍其身体各处也无法得到此义。所谓的义共相也仅仅是心安立的，口中所说的（名言

共相）和心里所忆念的（义共相），在真实对境中并没有自相，就像火的声义一样。

差别遍计：在迷乱者前暂时显现的器情、苦乐、蕴界处等种种相，这一切实际上都不成立，如同迷乱心前所现的梦境一样，因此称为差别遍计，因为它们从本性上讲皆不存在，同时显现于迷乱者面前，由于是增益的缘故而称为遍计。《瑜伽师地论》中云：“一切遍计法，无而迷心生。”

（二）依他起也有两种：即不清净依他起、清净依他起。

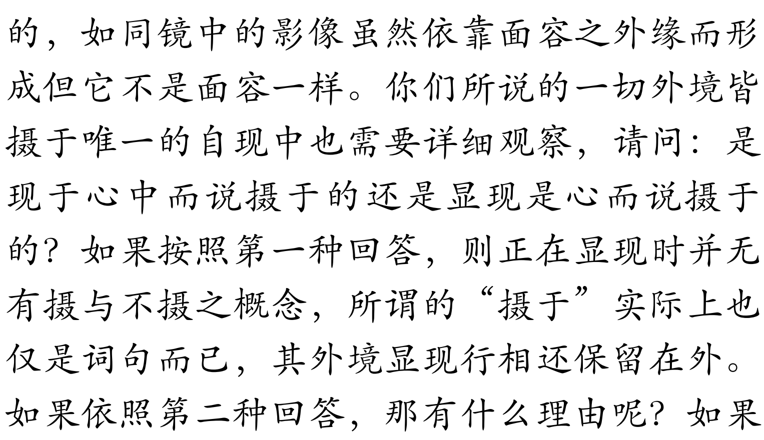
不清净依他起：是指现于各自根门前的一切迷乱显现，诸如由习气增长而形成的土石山岩等不清净之器情相。

清净依他起：指清净刹土与现在佛净见境中的刹土、七宝以及光芒耀眼的无量殿等一切现相。

有些人辩论说：“唯识宗论典中所说的依他起不合理，因为一切皆可包括于唯一的自现当中。”

答辩：此种观点不应理。因为此等显现根本不是从自己心识习气的角度而安立为自己

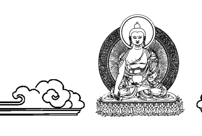




的，如同镜中的影像虽然依靠面容之外缘而形成但它不是面容一样。你们所说的一切外境皆摄于唯一的自现中也需要详细观察，请问：是现于心中而说摄于的还是显现是心而说摄于的？如果按照第一种回答，则正在显现时并无有摄与不摄之概念，所谓的“摄于”实际上也仅是词句而已，其外境显现行相还保留在外。如果依照第二种回答，那有什么理由呢？如果说：因为从心中产生，所以外境是心，这样一来，就有女人所生的儿子也应成为女人以及身体所排出的不净物也应成为身体的过失，但事实上并非如此，因为明明现量见到儿子不是母亲、不净粪不是身体。

此外，如果说：因为现于心中，所以外境是心。

驳斥：那么色法也应成为眼识，因为色法浮现在眼识前的缘故，并且现在颠倒众生前的佛陀也应成为众生之心。若承认这一点，则有具颠倒心之众生成为佛陀的过失，因为众生皆现于佛前，结果整个众生界全部应成为佛陀了，或者远离一切垢染的佛陀也应成了众生，这种过失永远无法避免。



如果说：由于无心不生外境，故而承许外境是心。

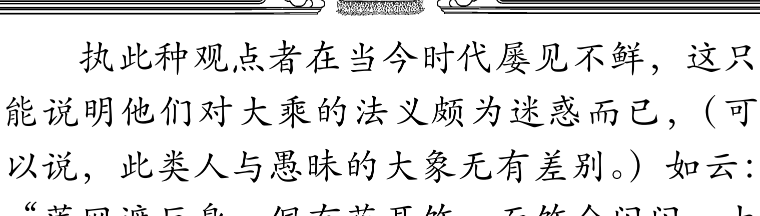
驳斥：那么因果也将成为一体，因为无则不生之故；敌人与自己的嗔心也应成为一体，因为无有敌人就不会生起他们所带来的嗔心。

如果说：由心所造的缘故承许外境是心。

此种说法也不合理，如果这样，所绘的图案也应成了画家，因为是画家所作之故。

由此可见，承认外境的土石山岩是心岂能合理？但是，可以承认外境是由心之习气所生的迷乱显现。如果不是这样，（而认为外境是真实的心，）那么，当一百个人看同一个瓶子时，共同所见的那个瓶子将成为所有人的识，结果一切众生的识成了一体。如果承认这一点，就应成一者成佛时一切成佛，一者堕入恶趣全部堕入恶趣了。倘若如此，那么在世界上，应成只有你或我，而不存在别的任何一个众生，因为一切显现唯是自心，别无其他。或者，只该有“释迦牟尼佛”一位佛陀，不该有其余的一切，因为佛陀所彻见的一切外境皆是他的心识之故。如果这样承认，那么实际上并不是这样吧，我们明明存在的嘛！







执此种观点者在当今时代屡见不鲜，这只能说明他们对大乘的法义颇为迷惑而已，（可以说，此类人与愚昧的大象无有差别。）如云：“莲网遮巨身，佩有花耳饰，面饰金闪闪，大象唯傲立。”

若问：这样的显现到底是什么呢？

答：按照无垢假相唯识所承认的较为应理，此宗论典中说：如是各自之显现虽是各自之心，然而显现境并不是心。如《瑜伽师地论》中云：“诸显现为心，现境非如是，无始具习气，迷乱如毛发。”前面的观点没有辨别显现与显现境。也就是说，依靠现境之山，心中产生是山的概念，明然缘取似乎是他法的“山”这一识的显现是依靠眼根而产生的。即自心执著自己所到处之外境分为自现，当前往别处时现境虽然不跟随，但依靠执著从前眼根识现量所见外境习气之心和无而明现意对境的义共相却可以清晰现在意根前。所以，意所量之显现、缘取之心、他众之显现、缘取显现之心虽然都是心，但缘任何法而生起意的对境才能安立为显现境，五根门前的一切对境是由无始之习气无而显现的，如同毛发纷纷飘落一般。





如果对方说：倘若如此，则应成了两者，因为显现境与显现成立异体之故。

驳斥：那么，你们自己也已成为两者，因为你们承认外面存在一个显现之心、内在又有一个缘取之心的缘故。

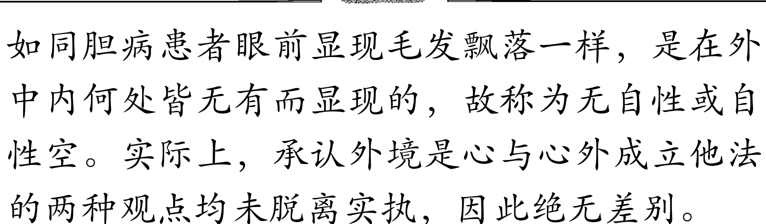
若对方又说：因为这二者在心上是一体，所以，尽管说是两者，但实属一类。

驳斥：同样，这里也是以迷乱习气为缘，而使显现境与认定它的显现二者都是无而显现的迷乱习气相在名言中是一体，这二者实际上皆不存在，因此成立无二之自性。

我们中观派认为：若详细观察，不仅显现境不是心，而且也不承认显现是心，因为内在的心不存于外面，而识在里面观察现于各根门中的外界显现。倘若外面存在显现，则人同时有两个心识或自己将成为无情法等有许多过失。所以，缘取现不现者虽然是心，但显现不成立为心。例如，尽管以耳识了别是否为鼓声，然而鼓声不成立为耳识。总之，自心尽管好似外散却并未到外面去，外相现于内心。因此说，外面的显现根本不是内心。正由于一切都是无而显现的缘故，所现的白红等形形色色的景象







如同胆病患者眼前显现毛发飘落一样，是在外中内何处皆无有而显现的，故称为无自性或自性空。实际上，承认外境是心与心外成立他法的两种观点均未脱离实执，因此绝无差别。

如果说：你们中观派承认外境并非是心识，所以与声闻有部观点相同。

驳斥：并不相同，有部宗承认外境无情法自相成立，而我们是说习气迷乱相如梦般在本无的同时显现在心中。中观自宗不破此理，具有合理性。

若对方说：中观应成派不是破一切承认吗?

反驳：并非破显现分，如若有实执，则要遮破。如阿阇黎龙树说："显现非所遮，实执乃所破。"此处是遮破真相唯识宗所承认行相为心，以及真相、假相唯识共许胜义谛中成立自证的观点，怎么会破由习气无而所现的迷乱相与悟入合理宗义的一切道理呢？因为在安立世俗谛时都是一致的缘故，如同外依他起与心识由前生后一般，显现也观待前面的其它境而运用所谓内依他起的说法也需要观察。如果是因为似乎现为前后而这样安立，则仅是名称不同而已，



实际上就是自宗，所以与我们的观点是一致的。

此外，若认为（显现与心）是异体，那就说明显现不成立是心，而是真正的他法，结果与你们所许相违，这实在不妙。《瑜伽师地论》中云："如此种种现，余相相同故，不净依他起，清净依他起，虽非依他缘，现似他说彼。"

圆成实也分为无变圆成实与无倒圆成实两种。其中：

（一）无变圆成实：无论是在迷乱还是未迷乱的时候，自性清净法性本来具有的空性，前后无有差别而存在，就叫做无变圆成实，也就是本性实相。从这一角度而言，空性也安立为三种：即自空、他空、自他空。自空又分为离相自本体空与遍计自本体空两种。离相自本体空指无而显现如水月；遍计自本体空是指虽然没有分成自他的部分却不舍任运自成之法。他空分不具他空与异名他空。自他空也分为两种，即具二差别空与声义自相空。

（自空：）心之法性光明如来藏的这一自性无有一切过患，具足功德之相，从本体清净分而言，超越功过破立；所显现的白红等各种迷现垢法以及此等分别或八识聚在本性并不存





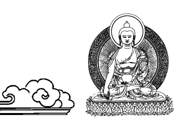
在，所以本体也是空性，诸如柱子、瓶子，以差别而言也是空性并具有过患分，但从本体清净的角度而言，也是超越功过破立；诸道亦是自本体空，并具有功德过患之分，从本体清净的角度而言远离功过；究竟清净时一切过患习气荡然无存，因为现前了如来藏的所有功德故而不空，从本体清净的角度而言超离功过破立。

总而言之，自空是指任何法之自性无实有。若分类，则有离相自本体空与遍计自本体空两种。

离相自本体空：无有任何相状，诸如兔角，于迷乱者前显现而在本性中或实际上无有，诸如水月般的空性。

遍计自本体空：所假立的名称、词句、文字都仅是以心安立的，并没有外境的自相。例如，为小孩取名“狮子”，他的名称为狮子，意义为具有鬃毛的动物，但此名义在小孩的身上何处也不存在。虽然能知的名称不能诠表所知的意义，但对于能起作用的法进行的一切命名（都属于遍计自本体空）。

他空：是从某一法上不存在他法的角度而立名的，分为不具他空与异名他空两种。



不具他空：诸如太阳上不存在黑暗或者柱子、氆氇等凡是太阳上没有的一切其他外境自相法。

异名他空：对所谓的太阳，一般取名为能明、七马等不同名称，分别所说的界、喻、摄的这一切名称实际上都未触及到太阳的自相，因此名为异名他空。

自他空：某一法上自他二者都不存在。

若分类，则有差别遍计空与义自相空两种。

差别遍计空：即所谓迷乱轮回的蕴界处等三界一切法自相空无，因为是由名言分别心安立为名称的缘故。

义自相空：因为无有自相故（自他）二者皆不存在，诸如石女儿或阳焰水，以及自性虽无实有但显现不灭而明现如清净依他起的空性。如是由三本体分成六空，这些也全可包括在体性清净之所说空与能说异名空这两种离心之理中。因此，也要通过这种方式来证悟诸法空性。那些言说“无有”之断空派不知空性之理，与顺世外道的观点相同。所有声称“此空、此不空”之空见派是持相似空性的常见者，与诸声闻缘觉的观点相同。可见，这些是堕入常





断边的宗派，所以切切不可依止。

（二）无倒圆成实：解脱正道，证悟真如实相后不舍现分而于世俗中积累福德资粮；观想空性而勤修胜义中离一多如虚空之法性智慧资粮。《瑜伽师地论》中云："所谓之无倒，道谛真实摄。"

总之，如果通达心性光明无变之真如并证悟诸法仅是假立实为空性后精进修道，一切不清净的迷乱显相及遍计心将完全转依或彻底清净，从而趋至原有的本性中，圆满拥有身语意无尽庄严轮清净刹土，这就是一切佛法合而为一的修证法。

丙二、以我所执漂泊轮回受苦之理：

现在宣说众生以能取所取漂泊于此如梦般的轮回时沉溺在苦海中的情形：

呜呼难察轮回边，疲惫痛苦三有道，
转生何处无微乐，不善业生难忍果，
颠倒自现如梦境，各于六趣感受性，
无而迷现苦无量，依教略说请谛听！

《广戒经》[5]中云："不净粪中无妙香，如

5 《广戒经》：分辨教。四分律之一。此中分辨比丘戒二万四千九百颂，分八十三卷。





是六趣无安乐，火坑之中无清凉，三有中亦无欢喜。”从欲界转生到色界，从色界无色界转到欲界，从无色界转至色界，此三有的一切众生投生流转于六道中，唯一感受痛苦，无有安乐之时。依照《念住经》等佛经而于此宣说，以劝勉具有智慧者舍弃欢喜三有之心，勤修解脱正法。因为如果没有精进努力，就会反复漂流于轮回之中。《致弟子书》中云：“何者恒时旋转轮回中，片刻休息亦思获安乐，彼者定无自由渐百般，漂流于同不同众生中。”

乙三（分类）分六[6]：一、地狱之苦；二、饿鬼之苦；三、旁生之苦；四、人类之苦；五、非天之苦；六、天人之苦。

丙一（地狱之苦）分三：一、热地狱之苦；二、寒地狱之苦；三、摆脱地狱痛苦之教言

丁一（热地狱之苦）分十二：一、复活地狱之苦；二、黑绳地狱之苦；三、众合地狱之苦；四、号叫地狱之苦；五、大号叫地狱之苦；六、烧热地狱之苦；七、极热地狱之苦；八、无间地狱之苦；九、彼等之摄义；十、孤独地狱；十一、近边地狱；十二、摆脱此等痛苦之教言。

戊一、复活地狱之苦：

[6] 本来，藏文中此处分七，第七是脱离此等痛苦之教言，但在下文中每一趣有单独说明，而没有总体说明脱离六趣之苦的教言。




复活炽铁余烬上，众聚互以兵器杀，
复活声起苦如前，如是受苦至业尽。

地狱众生以业力所牵集聚于炽铁的余烬上，每个有情手持棍棒、斧头、长矛、铁轮等相互打杀，犹如见到不共戴天的仇人一样，结果全部死亡。正在这时，从空中传出“愿复活”的声音，即刻这些地狱众生又恢复如初，依旧用兵器相互残杀，日夜无数次感受如是痛苦。《亲友书》中云：“于此一日中感受，三百短矛猛刺苦，彼较地狱最微苦，难忍之分亦不及。”

寿量人间五十年，四大天王天一日，
彼三十日为一月，十二月则为一年，
复活一日五百年，自寿五百年受苦。
详说彼之细分类，经说此地狱寿量，
相当人间之年数，十六万二千俱胝。

寿量：依照共同经藏中所说，复活地狱众生在业力没有究竟之前一直受苦。共同大乘诸经续论典中只宣说了按各自业力轻重而命终，并没有说堕入此趣众生确定性的寿量。诸如有些众生相续中生起猛烈对治等也可突然转生，有些轻蔑金刚阿阇黎等者需住若干大劫，因此是以业障而区分的。如《亲友书》中云：“如是



剧苦极难耐，百俱胝年亲感受，乃至恶业未穷尽，期间必定不离命。”此处就共同乘的说法而言，如《俱舍论》中所说的“复合地狱等六狱，日渐等同欲天寿”以及按照《念住经》、《业分辨经》中所说来计算，人类五十年相当于四大天王天之一日，如是三十日为一月，十二月为一年，四大天王天的五百年相当于复活地狱的一天，复活地狱的众生需要在自寿五百年中感受痛苦（360×500×360×500×50=1, 620, 000, 000, 000 年即人间一万六千二百亿年）。若以人寿计算，则如《念住经》中说：“复活地狱众生寿量达人间十六万二千俱胝年（即一万六千二百亿年）。”

戊二、黑绳地狱之苦：

黑绳燃锯剖粘合，粘合复剖极痛苦，
寿量人间一百年，三十三天之一日，
彼天千年狱一日，佛说彼自寿千年，
人间一百廿九万，六千十二俱胝年。

《亲友书》中云：“有者以锯锯割之，有以难忍利斧劈。”

寿量：人间一百年相当于三十三天的一日，三十三天的一千年相当于黑绳地狱的一天，彼地狱众生自寿一千年（360×1000×360×1000×



100=12, 960, 000, 000, 000 年即人间十二万九千六百亿年）若按人间年数计算，则如《念住经》中云："黑绳地狱寿量达人间一百廿九万六千零一十二俱胝年（即十二万九千六百零十亿二千万年）。"

戊三、众合地狱之苦：

众合地狱形如马，驼虎狮等山岩间，
毁如微尘重复活，铁域中为锤粉碎，
极度压榨血不止。寿量人间二百年，
即为离诤天一日，双胞欲天二千年，
众合地狱之一日，经说自寿二千年，
人间俱胝之年数，一零卅六万八千。

《致弟子书》中云："形如羊角二怖之山间，众生聚集全身皆粉碎，清凉微风刮起重复活，如是百次被碎成粉末。"《亲友书》中云："有被压榨如芝麻，另有碎成如细粉。"

寿量：因为远离斗争故称为离诤天，又因为此天界中的天子天女同胎双生，故也叫双胞天。人间二百年相当于离诤天的一日，离诤天二千年相当于众合地狱一天，众合地狱的众生自寿长达二千年（360 × 2000 × 360 × 2000 × 200=103, 680, 000, 000, 000 年即一百零三万六千八百亿年）。若以人间年数来计算，则如《念住经》中云："众合地



狱寿量达人间一千零三十六万八千俱胝年。”

戊四、号叫地狱之苦：

号叫地狱火焚叫，沸铁液中受熬苦，
寿量人间四百年，乃为兜率天一日，
兜率天之四千年，号叫地狱之一日，
自寿四千年受苦，等同人间之年数，
八千二百九十四，万数四千俱胝年。

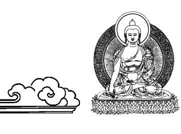
《亲友书》中云:“有者置于火烬堆，不断被焚口亦张，有于铁制巨锅中，身成小团被烹调。”《致弟子书》中云：“有者堕入沸腾油锅中，另有狱众脚触火星地，立即倒于炽热地上焚。”

寿量：人间四百年相当于兜率天的一日，兜率天四千年相当于号叫地狱的一天，如是而算，号叫地狱众生自寿为四千年(360×4000×360×4000×400=829, 440, 000, 000, 000 年即八百二十九万四千四百亿年)。若以人间年数计算，则如《念住经》中云:“号叫地狱众生寿量达人间八千二百九十四万四千俱胝年。”

戊五、大号叫地狱之苦：

燃铁室中大哀嚎，为火焚烧阎罗打，
寿量人间八百年，即是化乐天一日，
化乐天之八千年，同此地狱之一日，
自寿八千年受苦，即是人间俱胝数，






六亿六千与三百，五十五万二千年。

《致弟子书》中云：“地狱烟火滚滚成天色，放射火舌遍布十方界，白骨之鬘所饰极恐怖，著象皮卒折磨而惨叫。有者崩射火星出恐声，有者无法出音焚火声，胸骨腔中冒烟声凄惨，末劫火烧无量堕其中。”

寿量：人间八百年相当于化乐天的一日，化乐天八千年相当于大号叫地狱的一日，大号叫地狱众生自寿八千年（360 × 8000 × 360 × 8000 × 800=6, 635, 520, 000, 000, 000 年即六千六百三十五万五千二百亿年）。若以人间年数计算，则如《念住经》中云：“大号叫地狱寿量达人间六亿六千与三百五十五万二千俱胝年。”

戊六、烧热地狱之苦：

烧热铁室诸众生，短矛刺头锤击打，
炽热火舌焚全身。人间一千六百年，
他化自在天一日，此天一万六千年，
烧热地狱之一日，烧热地狱之众生，
自寿一万六千年，即是人间俱胝数，
五十三亿零八百，四十一万六千年。

《致弟子书》中云：“阎罗狱卒手持时绳索，昂头毒蛇自脊骨髓出，乌鸦马鸡苍鹫与鹰







鹫，啄尽彼等众生眼脑油。”

寿量：人间一千六百年相当于他化自在天之一日，他化自在天一万六千年相当于烧热地狱的一天，烧热地狱众生自寿一万六千年（360×16000×360×16000×1600=53, 084, 160, 000, 000, 000 年即五十三亿零八百四十一万六千俱胝年）。若以人间年数计算，则如《念住经》中云：“烧热地狱寿量达人间五亿三千八十万四千一百六十俱胝年。”

戊七、极热地狱之苦：

极热地狱之众生，炽热双层铁室内，
燃火三尖矛刺入，双肩顶出铁片缠，
沸液锅中受煮苦。寿量已达半中劫，
人间年数不可量，成住坏空一小劫，
四小劫为一中劫，八十中劫一大劫。

经中云：“害众盛燃极炽热，金刚三尖矛刺身，炽锅中煮铁片缠，火焚全身方稍憩。”

寿量：这一地狱的众生寿量无法以年数衡量，以成住坏空劫之次第计算，达到半个中劫。如《念住经》中云：“极热地狱众生需于半中劫内惨遭苦受。”

戊八、无间地狱之苦：

无间炽燃铁室内，唯闻狱众哀嚎声，







火与众生辨不清，如燃油灯烧灯芯，
火中剩存微生命，需一中劫久受苦，
无余较此更剧苦，故称无间无息狱。

《致弟子书》中云：“肺积干草燃心熊熊火，口喉冒出火焰与黑烟，腹裂灌浇铁水焚内脏，仅仅发出难辨惨叫声。欲求解脱剧苦之狱众，反复见门开缝远眺合，业力门栓紧闭复阻断，尔时又生灰心之他苦。炽燃锋利长箭如雨降，狱卒以棒殴打泪涟涟，同时灌入火星鬘铁汁，口鼻耳孔向上冒青烟。乃至眼脑凝膜皆糜烂，头破紫色火舌烧无余，忿怒火焰于彼身躯上，如于干柴加油火更旺。”《亲友书》中云：“如是一切痛苦中，无间狱苦最难忍。”《业分辨经》中云：“无间地狱狱门中，具六千万由旬之铁山，彼地狱众生磨尽此山方至命终，寿无量。”其中明显地说明了造舍法罪、破誓言等业力极其深重的众生堕入此地狱。《念住经》中云：“无间地狱众生过一中劫寿方尽，假使转生为人，亦是诸根不全者。”

戊九、彼等之摄义：

以上所述诸地狱，火焰渐增七倍热，
下者痛苦较前胜，业未尽前受痛苦。

以上所说的所有地狱火焰的热度呈七倍递增。《业分辨经》中云："平常旃檀火，劫末地狱火，热渐七倍增，苦亦成七倍。"下面的地狱具有上上地狱的一切痛苦，则如麻风病上又出现疖肿一样，依次积多，感受呈七倍地粗大，痛苦也成七倍地增强，这些地狱众生在业力没有穷尽之前一直需要感受痛苦。

戊十（孤独地狱）分二：一、真实宣说孤独地狱之苦；二、破斥其他谬论。

己一、真实宣说孤独地狱之苦：

孤独地狱摄彼中，住于山树与虚空，
岩石水火不定处，少数多聚或独居，
彼为不同痛苦逼，是故称为孤独狱。

形如杵、绳、笤帚、薪烬、树干及不同有情相的孤独地狱众生，住于山、岩、水、火、虚空等不定之处，它们无论是群居还是独存，都受到寒热、饥渴、剖剁、炖煮等不同痛苦的逼迫，无有堪忍之时机。因为半日或瞬间或恒常被各不相同的业力所折磨，故称为孤独地狱。《毗奈耶经》中云："目犍连尊者到海边时，见如杵、笤帚、树木之孤独地狱众生为诸多痛苦所迫而言：'三有无安乐，孤独地狱众，分别为



苦迫，如住炽火中。’”

己二、破斥其他谬论：

遮破其他颠倒分别念：

有谓因此地狱众，寿命短暂少数聚，
故称孤独实谬论，岩间恶蝎寿亦长，
经说孤独狱五百，比丘午斋集互争。

有些人说：“孤独地狱众生寿量仅有一日，故称为孤独地狱。”

这种说法是不合理的。如《铁室传》云：“又经数多年，仍住此狱中。”此经中已遮破了这种谬论。

还有些人说：“因为独一无伴、孤苦伶仃，故称为孤独地狱。”

这种说法也不正确。经中记载：珠辛吉尊者去往一处时，见到在一经堂内击犍椎后有五百声闻相众生集中便互相争吵、以兵器残杀，死尽无余。午斋时过又恢复如初。以此教证可以遮破彼观点。

戊十一（近边地狱）分二：一、略说；二、广说。

己一、略说：

现在宣说存在于无间地狱周边的十六个近



边地狱。

无间地狱之四周，煻煨坑与尸粪泥，
利刃原及无滩河，四四十六近边狱。

己二（广说）分六：一、煻煨坑；二、尸粪泥；三、利刃原；四、剑叶林；五、铁柱山；六、无滩河。

庚一、煻煨坑：

无间地狱之众生，感觉门开行至外，
见妙壕影立即往，坠入没膝煻煨坑，
肉皆焚焦骨成白，恢复如初极痛苦。

以前在无间地狱的铁室中备受酷热之苦的众生，因业力多数减轻而觉得地狱之门开启，便逃到外面，看见一处好似凉荫般的妙壕前往那里，结果被铁狗所追，痛苦之中陷入煻煨坑中，肉焦骨露，又再度恢复。《致弟子书》中云："为彼载满剑丛发威犬，长长金刚利齿啃刺身，驱向遍满火舌无滩河，处于难忍锋利尖石中。"

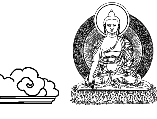
庚二、尸粪泥：

认为从煻煨坑中解脱出来的众生继续前行，又落入尸粪泥中。

脱离煻煨坑众生，复见爽泥即踏入，
沉于恶臭尸粪泥，为虫金铜铁喙刺。

《致弟子书》中云："有为密密麻麻小虫





蝇，蚀食身体拖拉其尸体，业力所牵缚于网中者，虽活然仅移动亦不能。”

庚三、利刃原：

复见悦原而前往，炽利刃剁身成段。

《致弟子书》中云：“入于锋利兵刃剑叶林，竭力奔跑遍体鳞伤时，堕满三尖短矛利剑箭，较阎王口更厉之井中。”

庚四、剑叶林：

抵至悦意森林处，为剑叶林狂风毁。

《致弟子书》中云：“难忍烈日所逼厌恶身，见一枝繁叶茂林前往，落入百种刃叶中毁身，长久住此唯以哭为友。”

庚五、铁柱山：

此等众生向前行，耳闻悦意山顶上，
昔友呼唤循声去，利铁刀锥刺血肉，
至顶鹫吸其脑髓。复闻山下呼唤声，
下山刀锥向上刺，且为原间具燎牙，
炽男女抱极痛苦，并为多犬狼所食。

离开了剑叶林的众生来到一座十分悦意的山前，看见昔日与自己作不净行的男女以及亲友在山顶上呼唤，于是便向上攀爬，结果铁器



刀锥向下刺入血肉。下山时刀锥向上刺，感受如此剧烈痛苦。《致弟子书》中云：“速攀难忍铁柱山之时，丛生荆棘向下直刺入，穿透体内毁身受剧苦。”又云：“下山之时铁刺朝上方，倍加锋利刺身忆念失，有者为炽利刃三尖矛，猛烈刺身无法向下行。尔时具刃喙之乌鸦群，齐上掏肠腹脏拖在地，有者堕入山崖深渊处……可怖铁女身燃熊熊火，四处崩射火星鬘严饰，无顾虑中为如锯粗身，极其可爱姿态紧拥抱。”

庚六、无滩河：

复见清凉之河流，欣然前往涉入时，
热灰没腰焚骨肉，见其两岸狱卒护，
此等众生于彼处，数千年中受痛苦。

《念住经》中云：“彼如是往时，生起河流想，刚入之时，没及腰际，身肉皆焚，身骨皆离，恢复时又见昔日嬉戏者成为阎罗狱卒于其两岸护之。”

戊十二、摆脱此等痛苦之教言：

灼热剧苦所折磨，如是地狱谁不畏，
三界之苦无有量，知此理者当修法。



丁二（寒地狱之苦）分二：一、宣说八寒地狱；二、宣说彼等寿量。

戊一、宣说八寒地狱：

现在宣说寒地狱的痛苦：

八寒地狱之众生，寒冷所逼有八种，
雪等严寒之诸处，暗中暴风雪冻身，
疱起疱裂頞哳吒，矐矐婆与虎虎婆，
裂如青莲如红莲，裂如大红莲伤中，
炽燃利喙含生食，乃至业尽方离苦。

八寒地狱的众生受到冰冷的大雪以及黑暗中刺骨寒风同时的侵袭，周身起满水疱，水疱破裂后形成伤口，口中不停地喊着“阿啾啾”，而说不出话，又发出“矐矐”的声音，牙关紧咬出不了声音，伤口逐渐裂成如青莲花般，有细小脉瓣，内向外翻，又裂成如四瓣莲花形，裂成如八瓣大莲花形，许多含生爬入仅由细筋连结的伤口内，啄食着。关于所感受无量寒冷之苦，《致弟子书》中云：“无可比喻寒风刺入骨，身体瑟瑟发抖缩成团，长出百疱破裂生含生，剑唇撕扯流髓黄水液，苦痛咬牙毛发皆杂乱，伤害眼耳喉结损全身，身体疲乏神志不清醒，住于寒地狱中大哭嚎。”

戊二、宣说彼等寿量：







如此痛苦的寒地狱众生寿量：

革萨拉斗二百倍，装满芝麻容器中，

百年取一粒至尽，起疱狱寿余廿倍。

《念住经》中云："此革萨拉城中秤芝麻之斗二百倍量之容器盛满芝麻，每百年从中取出一粒，取尽之时，起疱地狱之众生于此狱寿尽也，余地狱寿量渐次增二十倍，以此类推，需受剧苦也。"与之相同，《俱舍论》中也说："芝麻器中每百年，取出一粒至穷尽，即是具疱地狱寿，余寿渐成二十倍。"

丁三、摆脱地狱痛苦之教言：

如是思维寒热地狱的无量痛苦，教诫诸位精进修持解脱之方法：

为离一切地狱界，诸具心者当精进。

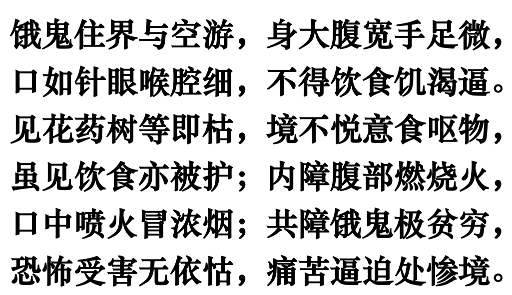
《亲友书》中云："造罪之人乃至于，气息未灭存活时，闻诸地狱无量苦，毫不生畏如金刚。即便见闻地狱图，忆念读诵或造形，亦能生起怖畏心，何况真受异熟果？"

丙二（饿鬼之苦）分三：一、住界饿鬼；二、空游饿鬼；三、劝勉不贪三有勤修正法。

丁一、住界饿鬼：

现在宣说饿鬼的痛苦：





饿鬼住界与空游，身大腹宽手足微，
口如针眼喉腔细，不得饮食饥渴逼。
见花药树等即枯，境不悦意食呕物，
虽见饮食亦被护；内障腹部燃烧火，
口中喷火冒浓烟；共障饿鬼极贫穷，
恐怖受害无依怙，痛苦逼迫处惨境。

住界饿鬼有外障饿鬼、内障饿鬼、共障饿鬼三种。

外障饿鬼：因外境不悦意而得不到满足，身体恶劣，食用呕吐物，即使见到饮食也是被守护着的，或者到了近前便干涸无余……真是痛苦不堪。

内障饿鬼：在外障饿鬼痛苦的基础上，腹中燃起大火冒出浓烟。

共障饿鬼：在以上二者痛苦的基础上普遍具有的痛苦：贫穷饥渴、丑陋根残、无依无怙，因为恒受他众损害而惶恐不安。《致弟子书》中云："难忍干渴远见净河流，欲想饮用而前往彼处，然成遍满毛发水棉物，脓血淤泥大便之浊水。狂风席卷巨浪至山巅，且见青翠檀香林前往，熊熊大火焚烧彼森林，树成柴烬多倒变坑洼。复见恐怖翻滚之大海，炽燃浪花高溅即前去，彼亦变成热沙与狂风，汹涌铁水滚滚悲惨



境。虽欲此地云集降下雨，然云中降夹烟铁箭雨，燃烧金刚磐石火红雹，伴随金光闪电雨淋身。”

丁二、空游饿鬼：

空游饿鬼是指分散而居的饿鬼：

空游饿鬼诸鬼魔，罗刹药叉鬼王等，
业力神变无碍行，常造种种损害事，
散播疾病夺色泽，断除他人之寿命。
人间一月彼一日，饿鬼自寿五百年，
人间年数一万五，阎罗世界受痛苦。

因为这些鬼魔众生也包括在饿鬼中，所以同样感受无量痛苦，诸如外境不悦意，受害忧苦，饥渴所迫，去亲友面前也是将自己前世临终气息分解的病痛传染给他们，自己也是长久为此所恼，并且夺取该病人的寿命、色泽，唯行种种损害他众之事，心不安乐，即使以神变而行，可是甚至险隘之处也被守护着，也有自身如门、如锯、如柴烬以及犬鸟等种种形相者，有些饿鬼虽以往昔的微小善根而拥有资财，却为其他诸多痛苦所折磨，并且大部分时节颠倒，对他众来说是安乐之事，而在饿鬼身上却成了痛苦，诸如此类，数之不尽。《致弟子书》中云：





“酷热所迫冰雪亦炽热，严寒所逼火亦成冷触，极其难忍异熟所蒙蔽，饿鬼显现种种颠倒相。口如针眼大腹数由旬，悲惨恐怖虽饮大海水，喉细无法进入宽阔腹，口中毒气亦令水滴干。”《亲友书》中云：“饿鬼所欲不遂意，屡生痛苦不可转，饥渴寒热疲畏惧，所生极其难忍苦。有者口小如针眼，腹如山丘饥所缠，虽得少许不净物，然无享用之能力。有者裸体皮包骨，瘦骨嶙峋如干薪，有者夜晚口燃火，投火飞蛾吞入口。有者劣种排脓血，粪等脏物亦不得，相互殴打从喉中，生出肿瘤化脓食。诸饿鬼界春季时，月亮亦炽冬日寒，树木不生诸果实，仅望一眼河亦干。连续不断受痛苦，有为所造罪业索，紧紧束缚之众生，寿量五千或万年。”也就是说，人间的一个月相当于饿鬼界的一日，饿鬼自寿五百年，即是人间一万五千年。

丁三、劝勉不贪三有勤修正法：

如此教诲：

知此生厌苦性理，具智慧者为解脱，
弃离喜爱三有心，必定修持寂灭法。

丙三（旁生之苦）分二：一、痛苦之理；二、劝勤





修法。

丁一、痛苦之理：

宣说旁生界也无有安乐：

海居旁生四洋中，互相啖食苦无量，
住于黑暗洲海处，畏食寒热饥渴恼。

海居旁生住于四洲之间的大海中，鱼螺鲸等如酒糟般密密麻麻遍满其中，它们大的吃小的，小的也吃大的，超出铁围山范围形如簸箕之外边的洲间是黑暗处，因为这里无有日月光芒的照射。水生动物都会受到互相啖食、饥渴等无量痛苦。

散居人间鸟兽等，猎人侵害各自损，
牛马驼驴山羊等，役使殴打苦无边，
因肉皮骨而遭杀，感受痛苦无边际。

散居旁生是指住于人间的高山、平原、水中、岩洞、虚空等处的昆虫蜂蝇、飞禽走兽等。这些旁生也各自感受着饥渴寒热、相互为食、疾病危害等无量痛苦。尤其遭受猎人、渔夫、捕鸟人的侵害，有些因为自己的肉、皮、骨（价值昂贵）而遭杀。有些被役使到最后也是被宰，期间屡遭毒打、刺血等，感受无边痛苦。

诸龙苦乐日夜半，午前午后乐变苦，





有处降下热沙雨，有者无友孤贫逼，
共愚畏惧大鹏等，具有多种多样苦。
寿亦不定有一日，经说龙王等住劫。

龙宫内，无论是昼夜还是午前午后，快乐也会成为饥渴寒热等各个痛苦，受到诸多苦厄折磨。有些地方降下热沙雨，有些被同类所弃，摈出群外，孤独无助。龙类的共同痛苦即愚昧无知、大鹏之侵袭、密咒之威胁（指人间密咒师念咒降伏），还有其他无量损害。

寿量：旁生的寿量不固定，有些寿命仅仅一瞬间或一天，也有安止龙王[7]等寿量长达一中劫的。《俱舍论》中云："旁生最长一中劫。"《龙王请问经》中云："我于此海中已住一中劫矣。"《亲友书》中云："旁生生处亦遭杀，捆绑殴打各种苦，弃离趋寂诸善法，相互啖食极难忍。有因珍珠有因毛，血肉骨皮而遭杀，毫无自由受人打，鞭抽铁勾等役使。"

丁二、劝勤修法：

思维此理欲解脱，旁生界者为利乐，
昼夜精进而修持，增上决定胜妙道。

正是由于没有奉行十善等妙法才导致堕于

[7] 安止龙王：八大龙王之一，梵名德巴迦。







旁生界中，所以劝诫想摆脱旁生痛苦的诸位精进修持暂时获得人天之正道即随福德分的十善业、四禅、四无色，以及究竟解脱之妙道即福慧资粮的空性大悲藏、六度等。

丙四（人类之苦）分三：一、总说受八苦之理；二、别说八支分苦；三、劝诫为摆脱人间痛苦勤修正法。

丁一、总说受八苦之理：

宣说获得善趣也无安乐之理：

人类亦无安乐时，悲伤苦恼烦乱等，
一苦未消一苦至，食用杂毒食变苦，
衣食行过患病等，生后痛苦为行苦，
即是三大根本苦，生老病死怨憎会，
爱别离与求不得，近取八分苦无量。

人类是如何受苦的呢？苦苦、变苦、行苦即是三大根本苦；生老病死、怨敌相会、所爱别离、所求不得、近取五蕴之执著即是八种支分苦。人们周而复始地感受着此等痛苦。首先，苦苦是指痛苦重叠出现，如父死母又亡；变苦指当下拥有的快乐随后变为痛苦，诸如正当娶媳欢庆之时房屋倒塌，食用杂毒的饮食等；行苦指服毒、衣食行为不当而引起生病，或者加害有权势者反遭到报复……《毗奈耶经》中云：





“轮回具苦蕴，苦苦与变苦，行苦八分苦，众人受剧苦。”

丁二（别说八支分苦）分八：一、生苦；二、老苦；三、病苦；四、死苦；五、怨憎会苦；六、爱别离苦；七、求不得苦；八、近取蕴苦。

戊一、生苦：

往昔享用的习气占大部分，如是漂泊于中阴的寻香识，将母胎执为住所而投生。

痴识风心明点聚，凝酪膜疱及血肉，
坚肉支节鱼龟形，经七七日渐成身。
母稍受累饥渴寒，热等亦觉苦无量，
需受黑暗狭畏臭，蜷曲难忍之痛苦。

中阴意识进入父母交媾白红明点融合之中，最初的七天形成如水银般荡荡悠悠的凝酪，第二个七日形成如柳絮、鼻涕状的膜疱，第三个七日成为如拇指形的血肉，第四个七日成为如蛋形的坚肉，第五个七日形成如莲花瓣状的支节，第六个七日如鱼形，第七个七日如乌龟状，因为手足稍稍突出酷似龟形而以此作为比喻。母亲所进饮食之精华对胎儿起到饮食营养的作用。此时，因胎儿活动母亲也感到身体不适。期间，胎儿觉得处于黑暗、狭窄、令人发呕之处，倍受蜷曲之苦。如果母亲过饿或过饱

则有坠入海中或被山所压之感，倘若母亲劳累过度或作剧烈运动,则出现堕入深渊般的痛苦[8]。

七至廿六七日间，形成根肢汗毛等，
乃至三十六七日，体力增大且能动，
后束缚于骨穴中，业风所感倒头生，
险死苦如众合狱，生后接触如剥皮，
倘若为之作沐浴，则如宝剑刺肉瘤。

住胎直至第二十六个七日之间，身体的支节、手指足趾、双目等器官乃至汗毛、头发、内脏、风脉明点、血、黄水、男根或女根等之间（十二）处皆明显形成，到第三十六个七日间体力增长。所有的男孩在母亲的右胁部位，面朝内，双掌覆面而住。女孩在母亲左胁部位，面朝外而住。随后由业力所感头足颠倒被夹在骨穴中间而降生，遭受了众合地狱般的痛苦。生后其身刚一被接触，好似剥皮一样，沐浴时，如同用宝剑刺肉瘤一样，感受无量痛苦。有关详细内容，当阅《阿难入胎经》。关于此等情形，《致弟子书》中云："进入难忍充满不净物，十分狭窄漆黑之暗处，住于如同地狱母胎中，身

[8] 此段中从"母亲所进饮食……出现堕入深渊般的痛苦"在藏文中本是后文中的内容，但为了与颂词相对应，便于理解，故在翻译时稍微将顺序调整。







体蜷曲需受大痛苦。次受苦如硬器榨芝麻，一旦降生亦以恶业牵，感受此等难忍之痛苦，尔时不亡往昔罪业致。沉于遍满不净物处身，为胎盘缠具有难忍味，此苦逼盛如伤痕复坏，正发呕时遗失昔记忆。”

戊二、老苦：

老苦极其难忍受，韶华逝去皆不悦，
不堪赞毁依手杖，食难消化体温失，
体力失故行动难，不至欲处关节变。
根失蔽眼不见色，声香味触皆不觉，
忆念不清痴沉眠，享用外境力微弱。
食等美味亦反感，寿逝畏死识紊乱，
如童脆弱无耐力，如油已尽灯速熄。

人到了老年，由于韶华已消逝，所以体力丧失，关节变形，食不消化，因诸根障蔽而造成眼花耳聋、言语结结巴巴，忆念不清，从前所喜爱的外境、食物等也不像以往那样悦意，由于舌根功能减退而不像年轻时能品尝出饮食的味道，忧虑死亡而受折磨，犹如孩童般无有承受力，老年人有诸如此类的无量痛苦。《致弟子书》中云：“尔后死主伸出衰老手，无可奈何为彼所擒住，满头白发露出诸獠牙，大笑之中

捉住其头部。尔后彼之关节皆分散，心亦改变行走力丧失，身体亦成摇摇晃晃状，唯使罪业必定增长已。诸根悉皆依次而萎缩，贪恋外境能力亦丧失，暂时此去将至于何处，若有地狱罪业畏惧之。”

戊三、病苦：

病苦极为难堪忍，患者身体已改变，
内心悲伤意不悦，外境受用不称心，
疑虑丧命生忧愁，无法忍苦出呻吟。

人在遭受疾病折磨时，心烦意乱，容易发怒，对任何事物都生不起欢喜心，十分担心死亡，有时又认为不如死了好而想自杀，接近自杀时痛苦的感受简直等同于在地狱中受苦。《百业经上释》中云："病恼之有情，如地狱感受，后后愈增大，如贪者世苦。"

戊四、死苦：

无论是寿尽而亡还是寿未尽而夭折，都要感受死亡的剧烈痛苦。

死亡痛苦极剧烈，衣食语榻皆最终，
舍身命眷仆亲财，独自漂泊而生畏。

人在临命终时，卧最后床，住最后处，说







最后语，吃最后食，穿最后衣，此生的一切都是最后一次享用，必然要舍弃眷属、受用。所拥有的一切皆无有权利带走，只能独自前往陌生的地方，想到这些，在心不欢喜的心态中感受气息分解的强烈痛苦而中断生命，漂泊于自现的中阴界，无依无怙。人们将其尸体放在担架上抬着，扔到尸陀林中而被豺狼等啃食，亲友们悲伤不已，万分痛苦。《致弟子书》中云：

“尽管死主践踏自顶上，然我丝毫未曾觉察到，
生起如同金刚之忧愁，心灵感受痛苦之折磨。
亲友悲痛哭泣泪涟涟，当知为如金刚苦所压，
气息分解剧苦所逼迫，如入极其难忍黑暗处。
精心悉力所护之身体，相识已久今将舍弃之，
阎罗王以绳索紧束缚，纵拽头发放声大哀嚎，
彼之嚎声已为诸亲友，各自哭声淹没而不闻。
于难行河磐石淤泥间，锋利荆棘丛生诸险途，
凶狠阎罗狱卒持时索，系颈棍击驱赶而带走。”

戊五、怨憎会苦：

如是怨憎会痛苦，遭受不悦害恐怖。

如果遇到憎恨的怨敌，则对自己的生身性命、财产受用都将构成严重的威胁。




戊六、爱别离苦：

慈爱对境相别离，内心忧伤悲哀泣，
意不欢喜之根源，追忆优点贪所恼。

如果与慈爱的亲朋好友别离，忆起他的音容笑貌种种优点，更加伤心难过，苦不堪言。

戊七、求不得苦：

所欲不遂之痛苦，事不成故心刺痛，
感受贫穷可怜苦，饥渴逼迫如饿鬼。

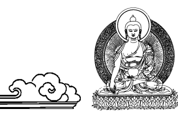
倘若愿望没有实现，则心不舒畅，资具贫乏或者一切欲望未得到满足也会刺痛内心，闷闷不乐。

戊八、近取蕴苦：

经说色受想行识，近取五蕴有漏性，
是故乃是诸苦处，苦依苦器与苦源。

《中般若经》中云："须菩提，近取五蕴乃有漏法故为诸苦之处、诸苦之所依、诸苦之器、诸苦之源也。"意思是说，色蕴现量造成苦害的缘故是苦处；受蕴承受痛苦的缘故是苦器；想蕴能生起分别妄念而成为最初之门的缘故是苦依；行蕴与识蕴是作者与知者的缘故为苦源。此等之理在《般若八千颂广释》中也有如是宣说。






丁三、劝诫为摆脱人间痛苦勤修正法：

劝诫诸位对人间痛苦生起厌烦心而力求摆脱。

如是一切人世间，苦因果故无安乐，
为脱此苦思善道，当求解脱轮回法。

有些人现行痛苦之因——不善业，他们将于后世感受苦果，有些人现今正在感受往昔的苦果,所以必须从中解脱。

丙五（非天之苦）分二：一、无乐之理；二、劝勉精进修法。

丁一、无乐之理：

诸非天亦无乐时，无义战争起嗔恨，
嫉妒天福不堪忍，沙场百般受痛苦。

阿修罗自己内部互相斗争，看见三十三天的快乐与财富后为嫉妒怒火所迫(，难以堪忍)。有时在与天人作战的沙场上，遭受断头断肢之苦，或者被金刚、利矛、铁轮等击伤，有些丧命，有些感受濒临死亡的恐惧与痛苦。《亲友书》中云："非天嗔恨天福故，心中生起大痛苦，虽具智慧以趣障，无法现见真实谛。"此中所说的不见谛是指诸如声闻缘觉之见道，并非是大乘见道。《宝积经》中云："尔时说此法门，天、龙、非天、大鹏、人非人、大腹行等不可胜数



之众生获得见诸法之无尘离垢法眼。”因此，应当通达诸乘之理。

丁二、劝勉精进修法：

非天也是如此痛苦，所以，应当勤修正法。

故求善妙寂灭众，当速修持解脱法。

丙六（天人之苦）分四：一、死堕之苦；二、投生之苦；三、有漏乐苦；四、当修解脱法之摄义。

丁一、死堕之苦：

善趣中的天界也摆脱不了痛苦。

欲天处苦亦无量，放逸欲醉与死堕，
花鬘枯萎不喜垫，为诸亲友所舍弃，
见后生处生畏惧，天界七日难忍受。

如是四大天王天、三十三天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天六欲天的天众，表面上十分快乐，实际上这种快乐也超越不出变苦、行苦的范围。天人濒临死亡时，身色不美，不喜宝座，花冠枯萎，天衣染垢，出现前所未有的汗水。此时，被天界的伴侣抛弃，孤苦伶仃，心烦意乱，又以天眼见到将要投生之处而惊恐万分，昏厥过去。这时，他的父母、亲友从远处呼唤他的名字并说：“愿你死后转生于南赡部洲人间中，在那里行持十善法，将来再



投生到此天界。”一边说一边散花，之后就离去了。天人（于临终前）七天中感受此等死堕痛苦。《亲友书》中云：“天界虽具大安乐，死堕痛苦大于彼，如是思维高尚士，不贪终尽之天趣。身色变得极丑陋，花鬘枯萎不喜座，衣染污垢身体上，前所未有汗汁流。天境天人已出现，天界死堕之五相，犹如地上临终者，所示一切之死兆。”

丁二、投生之苦：

梵天等处之色界，四禅诸天之众生，
往昔业尽堕下有，感受变苦而苦恼，
无色寂止业已尽，见后投生具行苦，
虽得善趣不可靠，善缘者当修解脱。

从梵众天到广果天之间所有禅天的众生也是同样，死亡时，自己所拥有的安乐转变为趋入后有的痛苦。龙树菩萨亲口说：“梵众天等禅自成，光色威力虽无量，未证无我随眠性，死堕地狱无定耶？”

无色界众生虽然安住于一缘寂止中，死亡时也有趋入后世的行苦。因此，应当生起厌离心。如《亲友书》中云：“轮回自性即如此，天人地狱饿鬼畜，生于何趣皆不妙，当知乃为多



害器。”

丁三、有漏乐苦：

贪轮回乐诸众生，如爱火坑受苦已。

此外，（贪恋轮回安乐的众生）只会播下长出后世投生恶趣的种子，为四大瀑流（生老病死）所害而已。《致弟子书》中云：“痛苦火堆恐怖此世间，自矜安乐士生增上慢，彼令阎罗王开其大口，此为投生后世之树种。”

丁四（当修解脱法之摄义）分四：一、若不修法不得解脱之理；二、从前未被调化故若不精勤不得解脱之理；三、大悲不度无缘恶业者之教言；四、虽说痛苦亦不生厌之理。

戊一、若不修法不得解脱之理：

倘若有人认为对于恶趣众生佛也会救护的，于此宣说自己造恶业则恶趣之果成熟于自身，所以难有蒙受大悲观照之机会。

如是解脱依自己，释尊已示解脱法，
他众骤时不能度，如眠醉梦无他遣。
若能佛菩萨悲光，早令轮回成空无，
是故今披精进铠，时至踏上解脱道。

从轮回和恶趣中解脱出来完全依赖于自己的精进，他人除了指示方法外，是无法代替你





精进修法的。如《毗奈耶经》中云："吾为汝说解脱法，解脱依己当精进。"就是说，自己方能遣除自己所积累的自现之业，如同睡梦消除与否主要取决于自己能否从梦中醒来，依靠他人破除梦境是不可能的。如果有这种可能，那么以一尊佛的大悲光，于无量劫以前就应使此轮回完全空无了。

戊二、从前未被调化故若不精勤不得解脱之理：

由自己的罪业所致，

昔日无数佛陀尊，如我未能被化众，
漂于苦性有旷野，若如既往不勤修，
反复感受六趣苦，诸位于此当深思。

寂天菩萨云："饶益众有情，无量佛已逝，然我因昔过，未得佛化育。若今依旧犯，如是将反复。"这其中所说的道理，实在值得深思。

戊三、大悲不度无缘恶业者之教言：

轮回苦如空无边，如难忍火种种境，
忍受非处呵责处，放逸无愧不知惭，
如此无缘恶劣众，岂有大悲度化时？
经说佛方便事业，所化清净因缘生。
是故当知己罪过，诚心忆念轮回苦，
我与诸众为解脱，踏入寂灭正道中。

如是轮回痛苦不可思议漫无边际，故如虚空；难以忍受，故如火堆；各种各样，故如白红种种现境，忍受如此痛苦是不应理的。《入行论》中云：“犹忍不嗔彼，非当应呵责。”忍受轮回之苦是无惭无愧者，此人怎么会蒙受佛陀大悲日光的照耀，犹如太阳光芒无有入于地下暗处的机会。也就是说，好似地下的黑暗因为存在方式不清净而使光芒照耀的因缘不具足一样，自相续笼罩着黑暗也难有大悲调化的机缘。佛陀的大悲也根据所化众生的福德缘分而显现，倘若众生不具备福德与缘分，则不可能被调化。如《华严经》中云：“如月纵出升，非器不显现，佛陀大悲月，亦不照无缘。”因此，现在就应该勤修必定解脱的方便法。

戊四、虽说痛苦亦不生厌之理：

微苦尚且不堪忍，难忍有苦何堪言？
虽已如是作开示，然却毫不生厌离，
我心真如巨铁球，或如石头无有心。

寂天菩萨云：“于今些微苦，若我不能忍，何不除嗔恚，地狱众苦因？”必须以这种方式来思维。如果生不起少许厌离之心，则诚如《宝箧语》中云：“虽闻有苦不生厌，此人委实极愚





痴，犹如石头或铁球，显然可谓我无心。”

甲三、思维轮回痛苦之理：

轮回难忍具苦蕴，根本随眠诸烦恼，
多种痛苦之来源，若是有心知理者，
谁人于此增贪欲？故当迅速超三有。

如是轮回是痛苦之本性，众生感受苦蕴之果。苦因即是六种根本烦恼与二十种随眠烦恼，理应对烦恼谛中所摄、众多病害之大根源的这一自性生起厌离心。

甲四、回向本品善根：

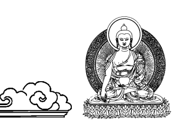
现在将此等妙音善说之福德为利益众生而回向。

以此乐源法喜宴，愿三有城诸众生，
享受喜乐除众苦，疲劳心性今休息。

如是以所穿成善妙句义之珍珠般的善根回向众生，愿以此使无始轮回中善资正法贫乏、身心疲惫的三界一切有情，具足圣者殊胜财富，并得到休息。

愿为地狱等世火逼者，前往缓流清凉之天湖，
珠宝珍珠钏镯之光芒，饰面天界之中获菩提。
如是愿诸饿鬼与旁生，非天人天同缘之有情，





已得善趣一切喜乐后，获得离尘寂灭菩提果。
愿诸禅天众生行善法，四无色界众亦醒寂止，
圆满究竟福慧二资粮，获如怙主无量光佛果。
我愿以此殊胜善良心，引导三有众至最寂位，
日夜精勤究竟自他利，获得相好无边怙主果。

大圆满心性休息中第三品
轮回痛苦释终



第四品　业因果

业因果品分四：一、略说本体；二、广说自性；三、结尾；四、回向本品善根。

甲一、略说本体：

若问：如是众生漂泊于痛苦的三有中时，感受各自不同苦乐是由什么形成的呢?

对此作答：是由业形成的。

佛说三有诸苦乐，由昔所积业产生。

众生各自不同的业力成熟为住处、受用、苦乐等多种多样、各不相同之果。《百业经》中云:“奇哉，世间由业生，以业绘苦乐，诸缘聚生业，以业受苦乐。”又云:“众生之诸业，百劫不毁灭，因缘聚合时，其果定成熟。”《白莲花经》中云：“业作一切如画家，业即是行[9]如舞者。”《摄菩提资》中云：“具三烦恼及无彼，随力修福解脱业，意故业故等流故，业作者大如种子。”

甲二（广说自性）分二：一、修世间之法；二、修寂灭之法。

乙一（修世间之法）分三：一、略说；二、广说；

[9] 行：五蕴中的行蕴。







三、断除之理。

丙一、略说：

黑白二业行轮回，即是十善十不善。

行持十不善业与随福德分十善业是形成轮回之法。十善十不善是指什么呢?《宝鬘论》中云:"戒杀断盗取，远离他人妻，真戒妄两舌，粗恶及绮语，彻底断贪心，害心与邪见，此十善业道，相反即恶业。"以不善业形成恶趣痛苦，以善业获得善趣安乐。《念住经》中云："不善恶趣受痛苦，善业善趣得安乐。"此外，《业分辨经》中云："施主斗达之子婆罗门童子尼珠白佛言：'世尊，以何因缘而使众生长寿短命、健康多病、貌美丑陋、权势大小、种姓贵贱、受用丰乏、智慧高低?'佛告童子尼珠:'婆罗门童子，一切众生由业力所成而感受自份之业，业之生住者，依业而分上中下、高低贤劣也。众生之业有种种、见有种种、行有种种。以黑业转生于众生地狱、饿鬼、旁生中，以白业投生于人天中。'"

丙二（广说）分三：一、所依；二、能依；三、果报。

丁一（所依）分十：一、宣说阿赖耶与阿赖耶识；二、识积业之方式；三、宣说识位；四、各位之识；五、宣说三界以何者为主；六、融入方式；七、各自分类；





八、无色界心依四名蕴之理；九、认识四禅无色界之心；十、欲界识一异之理。

戊一、宣说阿赖耶与阿赖耶识：

若问：彼等诸业依于何者、积于何者之上呢？

于此宣说业之所依：

所依无记阿赖耶，如镜无念本体上，
不分别境明清识，作现基故如明镜，
彼中取境五根识，自体无念如镜像。
其后二取辨境识，刹那于彼执不执，
辨别彼即染污意，不辨别彼为意识。

轮回与涅槃的一切业均以种子的形式依存于阿赖耶。《文殊净智经》中云："阿赖耶乃一切基，轮回涅槃清净基。"也就是说，在真如法界中所谓阿赖耶作为分基是指于何者也不分析的无记法。从依于其上或其本性中觉性本是无为法自性任运自成的角度而言，称为本性真实义阿赖耶；从无明作为基，轮回之法六识聚及习气依于它的角度而称为种种习气阿赖耶。一切善不善自性有为法皆依靠它，因此显现各种苦乐。也就是说，随福德分之一切因果依于阿赖耶；随解脱分之一切善法也同样依赖于阿赖耶，而它的离垢之果依于佛性。




广说彼等之理：

无记法的阿赖耶上，存在有轮回因果不善业、随福德分之劣善业、涅槃所离之因——随解脱分善业、现前所有证道之菩提业等一切业。道地所摄的一切随解脱分善业也是暂时的有为法，故以离因的方式依存在种种习气阿赖耶上，它的离果依存在如来藏上，如同云是遮障太阳的所净，消散部分依于太阳一样。《宝性论》中云："地依水依风，风尽依虚空，虚空非依风，非依水地界。如是蕴界根，依于诸业惑，业惑则恒依，非理之作意，非理作意者，尽住净心中，心自性诸法，不住于一切。"如虚空般自性清净的心性上清净佛刹及本来具有的功德等无始善法界，以二种佛性的方式存在于离基中，离基即是涅槃之所依。

此处应当了知离基、离因、离果、所离四者。其中离基是指佛性或如来藏；离因是指能清净如来藏上一切垢染的随解脱分善道；离果是指如来藏远离一切垢染后现前功德；所离是指依赖于种种习气阿赖耶的八识聚及习气。这些按照密宗而言，共称为净基、能净、净果、所净四种。虽然名称不同，实际意义上是一致



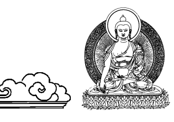




的。在这样的本性中，不清净的轮回之因及识聚和随解脱分的一切有为善法均以无有能依的方式长久依存于无明自性之种种习气阿赖耶。

从涅槃功德依于它的角度而言，称为本性真实义阿赖耶，又名为本体空性、自性光明、大悲周遍、如宝珠般功德任运自成、无垢、无离垢、本来光明身智无合无离之密意实相；从自性清净的角度来说，虽可立名为如虚空、无相、空性、无为法等，然而并非是无有一切的断空，而是任运自成身智光明之意趣，也是解脱一切轮回法的空性。《密严庄严经》中云："皎洁之月轮，恒无垢圆满，因时于世间，分别月盈亏。如是阿赖耶，恒具如来藏，佛说如来藏，名为阿赖耶。不晓此愚者，以自习气力，见其异苦乐，业感烦恼相。自性净无垢，德如如意宝，无迁亦无变，彻知而解脱。"弥勒菩萨说："于此无所破，所立亦毫无，真实观真性，见真性解脱。"

阿赖耶的异名也有本性真实义阿赖耶、无始善法界、如来藏、佛性、心之自性光明、法界、实相真如义、自性清净之真如、智慧到彼岸等；从所依之基、来源、离因等角度而立名



为不可思议。

此外，从心性上存有轮回习气的角度称为种种习气阿赖耶。为什么呢？因为善、不善、解脱、涅槃之业本来就无有自性，但它能作为积累忽然所生之诸业的所依，即善不善业均依赖于它。

阿赖耶之本体是愚痴的缘故属于无记法。

有人认为阿赖耶不是愚痴性，因为它既作为所有五毒之所依，又作为涅槃的所依。

这也仅是因为他们未懂得本义而已。为什么呢？此愚痴并不是指五毒中的愚痴，而是以最初迷乱为轮回时的俱生无明而立名愚痴的。所谓的“作为涅槃的所依”也需要观察。因为阿赖耶并不能作为本来清净与净除一切客尘之具二清净的佛陀智慧及如来藏的所依，因为阿赖耶仍然需要转依的缘故。如《殊胜金光经》中云：“阿赖耶转依为本性法身。”《四大灭尽续》中云：“阿赖耶净乃法界。”

种种习气阿赖耶不是佛性的所依，因为一切垢染于其中是以离因的方式存在，或者与它（形相上）是能依所依的关系。因此说，种种习气阿赖耶仅能作为有为法福慧资粮修道而成







就菩提的所依而已，因为二资为道谛所摄，故安立为欺惑无常性，这也是由于它依赖于种种习气阿赖耶所致。

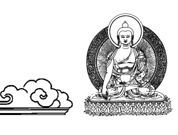
若问：如果依靠它，则于其有害如何应理？

答：这也是应理的，诸如依靠灯芯之油灯自燃或依靠薪之火自焚等，由于以依赖于阿赖耶之二资粮道而使轮回习气自净，尽除佛性与界性之垢，能现前真实如初安住的同时现量明了的菩提而称为清净缘。最后能净之对治也毁尽，因为它是由心假立的遍计善法。如《宝性论释》中云："从现前菩提（一地）位开始，因为遣除道谛故。"《入中论》中云："尽焚所知如干薪，诸佛法身最寂灭。"此等教证均可说明这一点。

若问：这样一来，阿赖耶上又怎么具有无舍空性与三十七道法呢？

答：它具有佛地所摄之无舍空性与三十七道法而并非有道谛所摄之法，因为彼等是究竟道位。

种种习气阿赖耶也有不同名称，即俱生无明、种种习气阿赖耶、无始无终之障、大黑暗、本住无明等。也就是说，本来具有如虚空般的



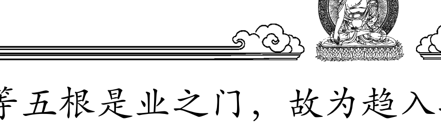
无始心性法界中，因为解脱依于它而称为本性真实义阿赖耶；因为轮回依于它而称为种种习气阿赖耶，并产生轮涅不同显现中的苦乐与功过。《宝性论释》中所引教证云："无始终时界，乃为诸法处，具此故显现，众生与涅槃。"

接着宣说阿赖耶与八识聚之差别：种种习气阿赖耶是无记法如同镜子；阿赖耶识如同镜子的明清分；五根识如同显现影像；笼统观察外境或者对于五根的显现境最初浮现出"此法"的识，即是意识；其后对外境相应产生贪心、嗔心、痴心（舍心）即称为染污意。

有些前辈阿阇黎说：如果染污意没有观察，则六识聚不能积业，因为六识聚不包括在三毒任何一者中。

此种说法也需要观察。虽然在了知诸法自性者的见修行位上的确如此，但未了知此理的众生因为具有愚痴，所以还是会积累不善业。也就是说，积业之门是意根及五根的有依根；能积是染污意、思善意与中等意。积于何者上呢？积于阿赖耶上；具有给这些业增加、积累、减少等留有余地作用的是阿赖耶识。如坚慧论师在他所著的《经庄严论广释》中说："意与眼





等五根是业之门，故为趋入之所依；思善、不善、中等之意为作者；色等六境为所作；阿赖耶识留给机会；阿赖耶乃所依，如同处所或房室。”

阿赖耶识是不执著任何境与有境的明清分，从中起现五根识，眼识是认知色法却不起分别之识的部分。同样，耳听声音、鼻嗅香气、舌品味道、身感所触，都是指认知外境而不生分别念之识的部分。从五根的显现境中产生或如实了了分明呈现相同于显现境的行相者，它既是法，也是意识。即从外境的角度而言是法，从认知外境浮现行相的角度而言称为意识。《经庄严论广释》中云：“意识即随前一外境之后相应产生之识或衡量隐蔽分外境的识，它既是境又是识。”五根识及阿赖耶识，即由前面外境或者它们中形成各自识的六部分灭尽的无间分，就称为意。《俱舍论》中云：“六种识聚已灭尽，无间之识即是意。”以色法为例，当时不执著外境明清而住之阿赖耶识与见色法之眼识二者停止下来，便立名为“灭尽”，接着，刹那间浮现出“是色法”的念头部分，就叫做意或者心；因为刹那迅速取境，而不能详细加以分





别，由此称为无分别念；又因为最初觉知外境，所以也称为所取分别；随后所产生的一切细致伺察，称为能取分别。诸位瑜伽自在者认为：尽管第一刹那由意来认知，但如果伺察没有继续，就不会积累业。如《斗追道歌》中云：“六境之识聚，不为执著染，无业无异熟，见净如虚空。”

戊二、识积业之方式：

宣说此等识积业之方式：

粗念善恶欲界因，习气依于阿赖耶，
无念明现色界因，无念一缘无色因，
轮回自性二客尘，一切时分依此障。

以粗大的能取、所取分别念与善、不善业而堕入欲界；未以证悟实相所摄之等持，也就是在对显现境不起分别的状态中修持，是转生色界之业，积于阿赖耶上；遮止显现境后不分别任何法而修行，是转生无色界之因，其种子存留在阿赖耶上。《宝积经·禅定品》中云：“以分别念所扰，即以善、不善、中等之行堕于欲界；心于何法亦不分别、不舍外境一缘修行瑜伽且远离证悟诸法体性者乃色界之行；既非色界亦非欲界之心，不见外境之迹，数数而观串



习熟练者流转于无色界。此三者永远不能从此等三有中解脱，故当以正闻而闻法、以正修而串习。”

戊三、宣说识位：

心识无念悠然时，不执显现之外境，
一缘阿赖耶分位，明现然不执著彼，
阿赖耶识明清稳，破立二取五根境，
七聚笼统分别境，此等称为七识聚。

如是对任何外境皆不分别，一缘悠然而住即是阿赖耶的阶段；明了觉知显现境时，不分别任何法坦然而住即是阿赖耶识的阶段；当时了了分明呈现行相即是五根识的阶段；第一刹那显现外境所取为意识的阶段；第二刹那夹杂烦恼观察执著为染污意的阶段。以上即是七识聚。《菩萨地论》中云：“不与外境相系且不分别即阿赖耶之分位；与外境相系而不分别即阿赖耶识之分位；分别觉知各自外境之行相即五根识之分位；初分别外境，即意识之分位，后以伺察而生二取即染污意之分位。”

戊四、各位之识：

串习此等转三界，三门迷乱痛苦因。

与解脱道没有关系的阿赖耶位之识一缘寂止的稳固等持；明而无念禅定胜观稳固的部分；由随外境而生六根增上缘产生的粗大识，积累善恶业。由这三种业分别迷惑于无色界、色界、欲界中。原因是，这些没有以解脱摄持、没有超离所取能取。也就是说，无分别等持的境界是所取，从中不散一缘安住为能取。真实的禅定尽管是以大悲方便与不住二边之智慧的方式来修持，然而既无有境与有境之戏论，也无有堕“此境界”一边之修，所以是与不可思议的实相关联的，即使从中获得喜乐、神通神变，也无有自相之欢喜心与相状执著。其余等持则与之相反，因而超越不出轮回。当今多数禅修者已明显误入歧途，并且自己也未见拥有功德。

戊五、宣说三界以何者为主：

思维此等识于自地、他地之主次：

欲界七识聚为主，色界阿赖耶识主，

无色界中则唯以，无念阿赖耶为主，

其余二者随眠附，当知各地所具之。

佛密论师在《观察阿赖耶与智慧论释》中说：“要知道，欲界以眼识等七识为主，其余为附；色界以阿赖耶识与趋入识为主，其余为附；



无色界以阿赖耶为主，其余以随眠的方式存在。”

戊六、融入方式：

详细分类：

> **如是欲界夜眠时，五境根识渐入意，**
> **意识融入阿赖耶，一缘无念无现境，**
> **彼者融入法界故，自性远离诸戏论，**
> **复现阿赖耶识中，意识单起而做梦，**
> **种种破立无而现，从中觉醒六识聚，**
> **趋入外境而造业，夜以继日如是现。**

欲界众生睡眠时，五根识与染污意融入意识，意识融入阿赖耶识，顷刻出现明而无念之状态。虽然新派有些上师承许说：“认识阿赖耶识本面的人在此基础上安住，从而无梦享受光明法性。”但（我认为）实际上是阿赖耶识融入不分别任何法的阿赖耶中，阿赖耶又融入法界而使粗细执著隐没，并显现了光明离戏之法性。如果已经认清了这一本面，才可断除迷惑。《集密智宝续》中云：“七识聚入阿赖耶识，后阿赖耶净法界，尔时显现本俱生，明空自然本智，瑜伽士当知此理。”

从中再度起现，也就是从法界中出现阿赖



耶，从阿赖耶中产生阿赖耶识，又从阿赖耶识中单独起现意识，由此显现出各种梦境，即是以习气而将意的对境——法执为我所之时。也就是说，分别动念之风与依七识聚之脉内的风由经精脉血脉而入于中脉内时，称为阿赖耶三等之识，因为三风平等合于一处的缘故。尔后此识入于中脉内成为一味一体，是阿赖耶之时，也就是处在酣睡的状态而没有梦境，有人也有整个晚上处于无梦状态中的情况。之后，阿赖耶融入法界是指中脉中央殊胜光明不变之脉具有粗明点及风不运行、明性光的自性。《普明续》中云："中脉中之脉，不变胜光明，无实明性界，自成本智处。"所谓中脉之风精华叫做自心。当通达心性的时候，就显现出光明。此时，出现明点、光、彩虹等显现光明；现出离戏心性之空性光明；现前明觉觉受大智慧之双运光明。随后阿赖耶、阿赖耶识、意识起现的时候，即是风起现在意念所依之命脉内的时候，其后风入于依各根的能依脉中，醒来后自然对显现境产生二取执著。比如，当分别色法的同一个对境时，也可以分成各个部分，此理下文有讲述。








戊七、各自分类：

色界自识四禅定，住于阿赖耶识中，
偶生取境细微识，多时等持中安住。

禅定正行时，以各自的无分别念为主，分别外境则以随眠的方式附属存在。一禅、二禅、三禅分别具有寻思、伺察、喜摄感受的过失，四禅偶尔会有这三过，如凡夫三地的死迁以及闻法等时。

戊八、无色界心依四名蕴之理：

无色界之自地识，即是阿赖耶自性，
空无边等之四处，住于一缘寂止中。
心相续依极细微，受想行识四名蕴，
一缘寂止劫不醒，亦未播下善种子。

于往昔死亡之处，融入阿赖耶的受想行识四个部分称为四名蕴，心相续依赖于意生身，处在一缘寂止等持中，安住于空无边等四无色处长达数劫，只是像酣睡阶段一样，没有行善。虽然并没有直接造不善业，但因无色界自地属愚痴地所摄，所以自然增长愚痴。

戊九、认识四禅无色界之心：

如是四禅无色心，前果灭尽亦死亡，
本体无记愚痴故，颠倒因果而反复，







投生漂泊轮回处，故当从中得解脱。

《无忧经》中云："以昔所积善业力，生天界宫亦退转，禅天无色业尽后，复坠地上堕地狱。"

戊十（欲界识一异之理）分三：一、修习欲心而成解脱因之理；二、宣说白日以何识为主；三、彼等一异之理。

己一、修习欲心而成解脱因之理：

现在特别阐示欲界人身之识一体异体的道理，

如理修行欲心故，亦成上下解脱因。

欲界众生心识较粗大，虽是善趣人类，但也属于业地之有情，并能作为修法之殊胜法器，故而可以成为解脱之因。《念住经》中云："欲界众生播善不善种子，其心粗大之故，汝当勤修妙法也。"

己二、宣说白日以何识为主：

白日七识多为主，余二一体为附属，
当知取色之眼识，无念明分普基识，
无分别分阿赖耶，其余六识亦复然。

如是眼见色法的部分为眼识；明而无念之识的明分为阿赖耶识；无分别念的部分为阿赖



耶。同样，听声、嗅香、品味、受触以及意觉知回忆对境时，认知各自对境的部分，就是彼等之识；识的明分为阿赖耶识；无分别念的部分为阿赖耶。即使在明清不动阿赖耶识之际，也不遮各自对境的部分为五根识；从明分而言是阿赖耶识；从无念而言是阿赖耶。即便一切识聚融入一缘中时，实际上融入阿赖耶的一切部分也是以随眠的方式存在，就像太阳升起时群星以隐没的方式存在一样。佛铠论师于《观察心智释》中说："识不分别任何法即安立为阿赖耶；仅就明分而言为阿赖耶识；觉知各自对境乃六识聚，融入无念者为阿赖耶之分位。"

己三、彼等一异之理：

宣说彼等一体异体。

一缘眠时阿赖耶，梦中阿赖耶之识，

意识二者为一体，醒时一切一本体。

一缘睡眠时即是诸识于阿赖耶中互为一体之时，毫无外散；做梦的时候，在此状态中，意识从阿赖耶识上独自生起，所以在从阿赖耶的状态中稍许外散的当时，阿赖耶与从中出现的阿赖耶识、意识是一体存在；醒觉时诸识从阿赖耶中极度外散，所以阿赖耶与八识聚均以



一体的方式存在。此等是依照《密藏疏》中所说而述。

此处以极为明确之语归纳而言，即心性光明是一切法的所依或来源，从这一角度来衡量，无论轮回还是涅槃皆无破立、无异体、无迁变，因此称为轮涅之源——本性真实义实相如来藏。《道情歌集》中云："唯一心性诸种子，从中显现轮涅法，能赐一切所欲果，顶礼如摩尼宝心。"《密严庄严经》中云："所谓殊胜因，彼能生一切，无因皆成无，无作亦无有。与涅槃同体，阿赖耶无别，若与涅槃异，阿赖耶非常，无现无坏常，断除四边也。亦称如来藏，幻化本智名，互为一体藏，彼如手镯住。异地阿赖耶，亦是如来藏，彼藏阿赖耶，如来所宣说，藏名阿赖耶，浅慧者不了。"

由于是清净本性身智等之因，故而称为无漏真实义阿赖耶；由于作为轮回所依，故而立名为有漏种种习气阿赖耶。所依事是一本体（法界无分类），是以能依法分类而安立不同名称的，此理与《现观庄严论》中所说的"由能依法异，故说彼差别"相同。意思是说，有垢染的阶段根据清净每一所净垢染时的佛性或如来藏而安







立不同的名称也是合理的。如《密严庄严经》中云："愚者虽分别，月有盈与亏，然月无盈亏，普照大小洲。如是诸愚夫，于阿赖耶识，恒分别增减，彼乃无始佛。诸法之本基，为慢等习气，分别所染污，异转则无漏。则获无漏相，彼等恒稳固。"意思是说，虽然月亮本体上无盈无亏，但随着日期，而于四大洲中照射似有增减。同样，尽管于心性光明本性中成佛无有自相苦乐，但因为流转轮回而感受善趣恶趣等不同苦乐。倘若修炼本性实义，即是所谓的"趋至阿赖耶本义"。

关于阿赖耶中所现的阿赖耶识与七识聚的内容已宣说完毕。意识由于无明迷乱而积业，如经中云："意者为主极迅速，诸法之初意先行。"由于没有认识本性无变圆成实而产生遍计所执法，也就是在依他起心识上出现各种不清净的迷乱相，要想断除如梦般的轮回迷乱也必须通达心性圆成实，通过修持无倒之道——生圆次第方便智慧可以如实现前本基如来藏，因此应当了达此理。

这以上业之所依已宣说完毕。



丁二（能依）分二：一、宣说根本无明；二、宣说不善业。

戊一、宣说根本无明：

现在宣说能依之业：

一切诸法之所依，业之根本即无明，
本体三毒贪嗔痴，所生三有黑白业。

由于最初没有了达光明心性的本来面目而成为二取迷乱之基，进而迷乱为轮回中的一切众生。《般若摄颂》中云："佛说诸有情，皆由无明生。"下等恶趣众生、中等人类、上等天众均由各自业力而感受种种苦乐，这一切的根本即是无明，由此产生与之相应的三毒、与这相应的不善业，以及随福德分善业的轮回乐果。

戊二（宣说不善业）分二：一、宣说分基；二、宣说分类。

己一、宣说分基：

以善业获得善趣享受安乐，以不善业转生恶趣遭受痛苦。此处宣说不善业。

令堕轮回上下趣，十不善业各自现，
十不善中次第分，身三语四意三业。

什么是不善业呢？不善业就是能令众生从善趣堕入恶趣唯受痛苦的十不善业，其中杀生、不与取、邪淫三种是身不善业；妄语、离间语、





绮语、恶语四种是语不善业；贪心、嗔心、邪见三种是意不善业。

己二（宣说分类）分三：一、身业；二、语业；三、意业。

庚一、身业：

宣说身之三种不善业：

故意无误杀他众，同分殴打等害命，
不与取即盗他财，同分狡诈受他财，
与他所属行邪淫，同分非处不净行。

对于乃至蚊虫蜂蝇以上的众生，明明知道却故意断其生命即是杀生，殴打责打等为其同分；盗窃他人财产即是不与取，其同分为以缓和的方式令他人给予财物；与他人之夫或妻、自己的亲友作不净行，以及在其他根门、非处、非时进行交媾即是邪淫，其同分用手指等在彼非处作淫行。《俱舍论》中云："杀生即是故意中，无误杀害他众生；不与取以力暗窃，他财据为己所有；欲想前往非行处，所行邪淫有四种。"《众生分辨经释》中云："近似真实者，与彼之分相同，所生之果与彼相似。即以棍棒殴打等（为杀生之同分）；依承侍受取他财等（为不与取之同分）；自以肢根勤行等（为邪淫之同

分）。”

庚二、语业：

语之四不善业：

妄语骗他知词义，同分直言欺他心，
离间言说挑拨语，同分他言复传离，
绮语恶论无稽谈，同分无关非法语，
粗语刺伤他心言，同分令他不悦语。

这些是通过语言而造业，故而称为语业。言说改变他人之想法的不真实语即是妄语，见到以直言可欺骗对方便言说为其同分；口出挑拨他人关系之词为离间语，一人所说之语到另一人前漫说为其同分；供施诗韵等以及违背正法的各种无稽之谈为绮语，谈论与时间毫不相干的话语是其同分；不悦耳并刺伤他人之言为粗语，虽然动听却令他人不悦之语是其同分。《俱舍论》中云：“妄语即转他想法，词义明显被了知。离间即为分他者，染污性心之词语，粗语则指刺耳语，所有染污皆绮语。”《俱舍论释》中云：“虽是直言亦为欺骗之性，是妄语的同分；如其所说而言告他人为离间语的同分；与时无关之语是绮语的同分；虽动听却令他人不悦即是粗语的同分。”

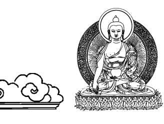


庚三、意业：

意之三不善业：

贪心图财欲己有，同分贪他闻等福，
害心嗔恨损他众，同分不利生嗔心，
邪见常断无因果，同分增损等倒见。

怀有他的资财等若是我的该多好的想法，即是贪心，心怀愤恨暗想对方的多闻等福德若为我所有该多好，为其同分；损害他众的念头即为害心，不愿饶益其余众生并且心生嗔恨为其同分；诽谤业因果堕于常断边即是邪见，对正法及如理讲法的善知识等进行诽谤为其同分。《俱舍论》中云："贪心颠倒图他财，害心即于众生嗔，视善不善不存在，即是所谓之邪见。"《众生分辨经释》中云："嗔他多闻等福为贪心之同分；不乐利他且怀嗔恨为害心之同分；诽谤善知识、正法与他众为邪见之同分。"此处仅仅说诽谤正法与善知识是邪见的同分，而《般若八千颂》中说："须菩提，积谤正法之业者即堕入恶趣转生为邪见众生，于无间大地狱受苦，直至为火坏劫出现时，方转生于他世间界诸大地狱中，至为火坏之劫出现时亦有其余……"其中宣说了此类人将受无量痛苦。《寂灭定幻经》中云："纵经数多劫，身五百由旬，彼头亦



五百，每一头上有，不少五百舌，一舌上耕犁，不少五百数，极炽而耕作，诽谤罪业致。”《宝积经》中云：“迦叶，吾与同吾者方能认定法与补特伽罗，凡夫不可认定法与补特伽罗。否则，会堕落之故。”

丁三（果报）分三：一、略说自性；二、各自分类；三、彼等摄义。

戊一、略说自性：

宣说十不善业之果报：

境心意乐加行劣，行十不善之果报，
异熟果与等流果，增上果及士用果。

此等不善业是由对境不善、等起（即动机）不善、意乐不善、加行不善而产生的，诸大论中说其果报有异熟果、等流果、增上果。窍诀论中说在此三果基础上，加上士用果，共有四种。

戊二（各自分类）分四：一、异熟果；二、等流果；三、增上果；四、士用果。

己一、异熟果：

小品不善转旁生，中品不善转饿鬼，
大品不善堕地狱，感受异熟之苦果。

《念住经》中云：“以此等小品不善之异熟果将转为旁生；如是以中品不善转为饿鬼；以





大品不善堕入地狱。”

己二（等流果）分二：一、同行等流果；二、感受等流果。

庚一、同行等流果：

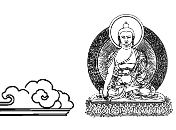
等流分二同行果，经说所行同其果。

《百业经》中云：“因为行不善业之串习力而于后世中亦依不善、行不善、转为随行不善业者。”

庚二、感受等流果：

佛说感受等流果，虽已获得诸善趣，
亦成短寿多病者，资具贫乏敌共用，
夫妻丑陋成怨仇，多遭诽谤受他欺，
眷仆恶劣不和睦，所闻粗言成诤语，
语言无力辩才微，贪欲强烈不知足，
不求饶益他害处，极为狡诈具恶见，
十恶依次各具二，此为感受等流果。

《百业经》中云：“……一旦转到天界、人间，也是以杀业所感而成短寿多病者；以不与取而感资具乏少且与怨敌共用；以邪淫所感夫妻不悦意且与他（她）人共享；以妄语所感多遭诽谤且为他众所欺；以离间语所感眷仆恶劣且互不和睦；以粗语所感闻不悦耳之语且成争



论之言；以绮语所感言词无力且辩才不定；以贪心所感贪欲强烈且贪不厌足；以害心所感不寻利益且成损害根源；以邪见所感持执恶见且成十分狡诈者。”《宝鬘论》中云：“杀生感寿短，（损害多灾难，）偷盗乏受用，邪淫敌共享。妄说遭诽谤，两舌亲叛离，粗语闻恶声，绮语言无力。贪心失所望，嗔心招怖畏，邪见生恶执。”

己三、增上果：

成熟外境增上果，不净依他起即时，
杀生环境极贫瘠，树叶花果饮食等，
力微损寿难消化。不与取生畏惧处，
庄稼果实不成熟，常遭霜雹饥灾荒。
邪淫生于粪淤泥，污秽不堪恶臭境，
狭窄悲惨不悦意。妄语生于畏不合，
财富不稳受欺境。离间语业所生处，
深渊狭谷悬崖等，凹凸难行不悦境。
粗语生于盐碱地，瓦砾荆棘枯树干，
尘土飞扬劣果蔫，令人不喜粗糙处。
绮语生处果不熟，不长稳住季颠倒。
贪心生处果等少，糠多见贤时节变。
害心生处稼苦辣，王蛇盗匪野人等，
自然灾害众多境。邪见生处无宝源，





药树花果极鲜少，无有依怙无亲友。

这些增上果是依照《摄抉择论》中所说而述。《辨中边论释》中说：“根据外境不同，善业亦增上。”由此可知，十不善业也可以成熟于内心。

己四、士用果：

不善业之士用果，所作增上生痛苦。

《略念住经》中云：“愚痴之士造罪，其后罪业复增上而受剧苦。”

戊三、彼等摄义：

总之自性十不善，何人行此如服毒，
以大中小生剧苦，当勤弃之如怨仇。

《毗奈耶·教诫圣者嘉哦耨品》中云：“不善业如毒，微小亦生大苦故；不善业如野人，摧毁善资故。”因此，应当精勤弃恶从善。《宝鬘论》中云：“当以身语意，断诸不善业，恒常奉行善，此说三种法。”

丙三（断除之理）分三：一、善趣之因；二、十善之果；三、取舍之教言。

丁一、善趣之因：

善趣之因十善业，即断十恶之善心，





戒杀戒盗不邪淫，不说妄语离间语，
绮语粗语离贪心，以及害心与邪见。

仅仅断除十不善业还不能构成十善业，因为没有守护自相续的缘故。所谓十善业是指断除十不善业的十种善心。《中般若经》中说“吾亦断杀生……”宣说了十种善心。

丁二、十善之果：

小品转生于人间，中品善业生欲天，
大品等持禅无色，能得上二界安乐，
四果与前皆相反，当知十善果善趣。

由行持小品中品善业而生于欲界的人间、天界中，依靠与等持相关联的大品善业转生于上二界（色界无色界），也就是说，行持十善可阻塞恶趣之门，获得善趣。《宝鬘论》中云：“依此法解脱，地狱饿鬼畜，且得人天中，王位圆满乐，禅无量无色，能享梵等乐。”

丁三、取舍之教言：

佛说以随福德分，十善投生善趣中，
十不善业堕恶趣，取舍黑白因果者，
世间善道人天乘。以此后世转善趣，
故立真实解脱因，善缘众生当依止。

《中般若经》中云：“须菩提，真实行持十







善业道者生于善趣，趋入十不善道者堕入恶趣。”《妙法莲华经》中云：“人天乘即十善。”又如《胜藏经》中云：“天乘即四禅、四无色；人乘即十善，此乃妙法之所依。”

从梵语“雅那”引申为乘或坐骑，因为乘坐它可达到各自目的地之故。《般若摄颂》中云：“乘之诸众至涅槃，乘如虚空无量宫，能获喜乐乘之最。”根据众生的意乐次第，佛宣说不同乘，于寂灭根基者前说一乘。《妙法莲华经》中云：“究竟一乘无三乘，说彼三乘不了义。”佛也说过有二乘，如《无垢虚空经》中云：“相合众意乐，我说有二乘。”二乘就是指大乘和小乘。佛又说过有三乘，《妙法白莲花经》中云：“为调烦恼之法门，虽说八万四千种，然诸佛陀真意趣，乃为无别一本体。我虽开示三乘法，亦随众力意乐说。”总之，如画家般的心可幻变出无量相，但是从了义上来说，何者也不缘。《楞伽经》中云：“乃至心流转，乘边无穷尽，一旦心灭尽，无乘无有情。”此处所指即是佛所说的人天乘。《楞伽经》又云：“天乘梵净乘，声闻缘觉乘，我说一切乘。依于人天乘，决定趋涅槃，后则修无缘。”



乙二（修寂灭之法）分六：一、总说随解脱分善业；二、认识随解脱分善业之自性；三、作解脱因之理；四、觉醒佛性得解脱之理；五、别说同分善业；六、破他宗之邪分别。

丙一、总说随解脱分善业：

必须勤修随解脱分善业，下文依次宣说：

解脱之善离轮回，超越三有上下行，
黑白二业趋寂灭，随解脱分等善法，
乃是无漏智慧因，十善四禅四无色，
六度等善五道摄，证悟人法无我后，
依智方便双运善，不住有寂利众生，
成就佛陀果位故，瑜伽善法超世间。

随解脱分善法既超越了前面所讲的随福德分善业与恶业，又摆脱了投生三有轮回的一切有漏因，是唯一的解脱因。也就是说，十善业与五度等世俗谛善法的有现福德资粮，以及不住二边智慧的无现智慧资粮，此二者双运为五道次第所摄，就可趋向佛地，所以它完全超越世间的善法。一定要认识到应当了知世间的善法有实执和相执，而正在行持随解脱善法时即是无实无相，摆脱福德非福德之心，即是空性大悲藏。《般若摄颂》中云："如魔术师幻男女，彼亦可做一切事，通达慧行诸菩萨，无念智慧行一切。"《宝鬘论》中云："以智息有无，故越



罪与福，彼离善恶趣，佛说即解脱。”又云：“空悲藏授予，有修菩提者。”在行持善法时，既无有实执之心也无有贪执之束缚，而如幻化般行利众事业，就是菩提的殊胜资粮。也就是说，以如虚空般的智慧所摄持的善法是解脱道，而没有以智慧摄持的善法就不能成为解脱道。《般若摄颂》中云：“俱胝那由他天盲，尚不识途岂入城？佛说五度亦复然，故当获得智慧眼。”《般若一万八千颂》中云：“五度一旦为智慧度所摄持，尔时将趋入遍知大城中。”

初学者以及智慧浅薄的愚者对“诸法无自性故善法无自性”的道理非常恐惧。《宝鬘论》中云：“决定胜诸法，深奥微妙现，寡闻之凡愚，生畏佛所说。”《般若二万颂》中云：“须菩提，当知诸法无本性，六度亦无本性，所伺察、能伺察二者亦不可知、不可得，真实不见。此法不可于初入大乘者、声闻、缘觉种姓者前讲说。何以故？能令彼等惊恐不已、毛骨悚然而舍弃智慧波罗蜜多法门之故。”

丙二、认识随解脱分善业之自性：

什么是随解脱分善呢？

即以有缘福德资，无缘智慧资双运，






净除二障现二身，凡夫有漏圣无漏，
后得入定此二境，次第而行得解脱。

依靠布施等五度之福德资粮与智慧度之智慧资粮双运，从而可现前二身。《宝鬘论》中云："诸佛之色身，由福资所成，法身若摄略，由慧资所生，是故此二资，获得正觉因，如此总言之，恒依此福智。"

由福慧二资所生的佛色身之诸相好依次向上形成的方式：声闻、缘觉、异生、菩萨所有福德的十倍形成佛陀一毫毛，所有毫毛福德的百倍形成一随好，八十随好每一好福德百倍形成一妙相，三十二相每一相福德千倍形成白毫相，白毫相福德之十万倍形成无见顶相，无见顶相福德之百倍形成法语螺相。《宝鬘论》中云："不可思福中，出生佛妙相，大乘圣教说，大王如实听。能生诸缘觉，有学及无学，无余世间福，如世无有量。以此十倍福，成就一毛孔，佛陀诸毛孔，皆与彼同成。能生诸毛孔，所有之福德，以彼之百倍，许成一随好。尽彼福德数，感得一随好，究竟即如是，直至八十间。成就八十好，所有福资粮，以此百倍成，大士一妙相。成卅二相因，乃是大福德，此等







千倍成，满月白毫相。白毫相之福，十万合为一，能生无见顶，怙主之肉髻，成顶髻相福，广大千万倍，当知能生一，十力者法螺。”

（加行道的）胜法位以下属世间之法为有漏，胜法位以上属于出世间之法为无漏，这是以分界而说有漏无漏的；入定智慧说为无漏，后得说为有漏，这是以道而分有漏无漏的；布施等五度为有漏，智慧度为无漏，这也是以善法而分有漏无漏的。

丙三、作解脱因之理：

若问：诸善业依于何者，起何作用呢？

答：随解脱分善法是由离因之真实道谛所摄，所以依赖于种种习气阿赖耶，但是，从依靠离因现前离果而言，依于佛性或如来藏，它作为无有迁变之解脱因的原因也在于此。

解脱善法之所依即是如来藏。

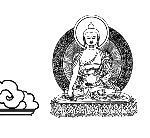
佛说心性光明界，无垢自性住佛性，
彼之现分即二身，以九比喻而说明，
大悲自性本住者，即是实修生佛性[10]**，**
根本觉性光明智，体无三毒故为善。

关于此理，世尊于第三转法轮的了义经藏

[10] 实修生佛性：也叫做随增上佛性。







中已经如理如实地明示了一切佛陀的大密意，诸如《圣者陀罗尼自在王请问经》、《吉祥鬘狮吼请问经》、《珍宝女请问经》、《无垢天女请问经》、《指鬘王经》、《大涅槃经》、《弥勒请问经》、《宣说如来藏经》。此等经中宣说了一切众生本来具有法界自性清净之心性或佛性，就是指如来藏，它本来存在、无有改变。从现分而言，是相好圆满之色身的来源；从空分而言，远离一切戏边之法身本来任运自成而安住，并以比喻加以说明，即功德任运自成如摩尼宝；不变他性如虚空；遍润诸众如净水。《宝性论》中云："如宝空水净，自性恒无染。"意思是说，正当被垢染遮蔽之时，自本体也是安住于无垢真如性中，这就是心之自性本来光明。《般若八千颂》中云："心中不具心，心性即光明。"一切众生普遍具有佛界或佛性。《宝性论》中云："佛身能现故，真实无别故，具种故众生，恒具如来藏。"此如来藏称为无始善法界，于本基中即是正等觉。《真实名经》中云："佛陀无始终，初佛无偏堕。"《二观察续》中云："众生本是佛，然为客尘遮，障净现真佛。"也就是说，为众生时，心之法性从现分而言具足色身功德；



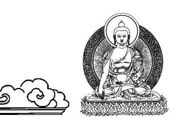
从空分而言具足法身圆满功德，然而，因被垢染所障而现量不显露，所以称为佛界或佛性。成佛时远离诸垢，故称为菩提，这也仅仅是本体心性之圆满妙力现不现的差别而已，并非承认最初为众生时无有的功德后来重新产生，因为心性无有迁变。《如来藏经》中云："无始时法界，诸法之住处，具此故众生，获得涅槃果。如前后亦然，无变真如性。"

心之法性光明自性不为烦恼所染。《宝性论》中云："心性光明者，无变如虚空，不被妄念生，贪等客尘染。"佛性之分类，有本来安住之自性住佛性与观待净除暂时垢染之实修生佛性两种。

自性住佛性也分二：即空性离戏之心性住于法性自性中的佛性成为本性身之离因；住于有法自性中的佛性成为殊胜色身之离因。此二者无始以来以有法法性的方式存在着。《涅槃经》中云："善男子，心之法性自性光明，自性无有本体，即是自性清净之心如何显现与相好灿然之功德皆非异体，然以现空自性而分。"

实修生佛性：通过修行发心等暂时有学道的方便智慧及福慧资粮而净除如来藏上的一切





垢染。《华严经》中云：“嗟！诸佛子，此所谓菩提佛性即实修法界，现见广如虚空自性光明而修学福慧大资粮。”又如《宝性论》中云：“如宝藏果树，当知二佛性，无始自性住，实修生佛性。以此二佛性，获得佛三身，前者得法身，后获二色身。庄严本性身，当知如宝像，自性非有为，乃德宝藏故。具足法政故，报身如轮王，影像自性故，化身如金像。”

本性身是心性自性住佛性，如摩尼宝般任运自成，从中出现有法自性佛性如转轮王般的报身，以及于所化众生面前示现的如影像般的殊胜化身。这些在众生时因为被垢染所障而不现，依靠发心等福德资粮而遣除遮障色身之垢，依靠观修空性等智慧资粮而遣除遮障本性身之垢。自性住佛性如澄清水，实修生佛性如映现各种影像，它们是本来存在的能依所依关系；如是住于本基中的自性住佛性如同所知的对境，分位的实修生佛性如同能知的心识，它们是能依所依的关系；自性住佛性以法性与有法之离因方式存在，而无有离果，实修生佛性以能净垢染之对治方式存在，而无有像能生所生因果关系那样二身的直接因，依靠此佛性能够







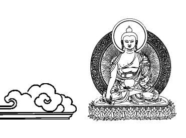
圆满功德，使有学道的证悟在佛地得以成熟解脱。《经庄严论》中云："自性修习种，所依与能依，有无及功德，当知为度化。"

以九种比喻说明遍于一切众生的如来藏住于烦恼之壳内。

《宝性论》中云："如莲内有佛，蜂蜜壳中果，不净粪中金，地藏有宝藏，微果有芽等，破衣中佛像，劣女腹中王，土中有宝像。烦恼客尘障，众生具佛藏。"意思是观待凡夫、声缘阿罗汉、见道菩萨、修道菩萨之垢染而说的九种比喻。



其中，凡夫有未入道者、已入道者、资粮道者、加行道者四种，存在于他们心中为四种垢染所遮障的如来藏之四种比喻：（一）存在于未入道凡夫贪心随眠相壳中的如来藏之比喻，《宝性论》中云："如住萎莲内，妙相庄严佛，具净天眼者，见而去莲叶。佛眼见无间，众皆具佛性，无障住后际，悲尊令离障。"（二）存在于已入道凡夫嗔心随眠相壳内的佛性之比喻，彼论云："如蜂群绕蜜，求蜜之智士，见已设方便，令蜂群离散。佛以遍知眼，见如蜜佛性，令如蜂众障，尽断永无遗。"（三）存在于



资粮道凡夫愚痴随眠相壳内的如来藏之比喻，彼论复云：“如具皮中果，众人无法享，凡求食等者，彼等去表皮。烦恼垢遮障，众生如来藏，未离惑染前，佛业不行有。”（四）存在于加行道凡夫强烈贪嗔痴烦恼壳中的如来藏之比喻，彼论又云：“如人行游时，金坠粪秽内，不坏性如故，彼住数百年。天人天眼见，告人此有金，拭净此珍宝，可成宝饰品。佛见沉不净，烦恼众生德，为令净惑泥，普降正法雨。”

存在于声缘阿罗汉无明习气壳内的佛性之一种比喻：（五）彼论云：“如贫室地下，有无尽宝藏，主人不了知，宝不说我此。意中净宝藏，无破立法性，众生未证悟，恒受贫穷苦。”

存在于一地菩萨见道所断壳内佛性的两种比喻：（六）彼论云：“如芒果等树，果有良种芽，耕耘及灌溉，渐成真树王。众生无明果，皮内有佛性，依此善法界，渐成真佛陀。”（七）又云：“破衣裹宝像，置于路途上，天人见为解，告知行路者。佛见无始惑，所缚如来藏，旁生亦具足，示法为解脱。”

存在于修道所断垢染壳内佛性之比喻也有两种：（八）彼论云：“如孤独丑女，无依无怙



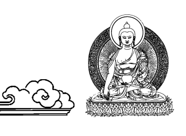


住，胎中怀君主，不知存自腹。三有如孤室，众生如孕妇，有怙净佛性，如住彼胎中。”（九）又云：“如内金佛像，圆寂外有泥，见知彼为净，内金遣外障。见自性光明，诸垢亦客性，令如宝源众，净障证菩提。”

此等之垢染也有九种，《宝性论》中云：“贪嗔痴三毒，猛烈现行习，见修道所断，依不净净地，垢染具九相，喻如萎莲等，为随烦恼缠，无数差别相。”

此等地也是如此。又云：“凡夫垢有四，阿罗汉垢一，见道修道垢，分别有二种。”

诸垢与诸地喻义相结合而宣说，《宝性论》中云：“犹如泥中莲，初开人爱恋，花萎人不喜，喜贪亦如是。譬如酿蜜蜂，受扰即蛰人，倘若起嗔心，内心生苦恼。犹如果实等，外为表皮裹，现见如来藏，无明蛋壳遮。譬如厌粪秽，一切具贪者，依欲生惑因，兴起厌如秽。如宝埋地下，不知不得宝，众生如来藏，无明习地蔽。如芽等渐生，突破种子壳，现见真如性，遣见道所断。与圣道相系，圣者以见证，摧毁坏聚见，修道智所断，说如褴褛衫。依七地垢染，如胎中污秽，如离母胎已，成熟无念智。



当知三地垢，犹如泥土染，乃由大自性，金刚喻定毁。贪等九种垢，如同萎莲等。”

此外，《大涅槃经》中云：“佛告迦叶：善男子，譬如，国王有一大力士，彼额有一金刚宝珠，与另一大力士较力，双方撞头，其额上宝珠没于肉中，然彼不知宝珠去于何处。因受伤故唤医令治。医师医术精湛，知宝珠入彼肉内故未医其伤，问言：‘嗟！大力士，汝额上宝珠在何处？’彼大力士惊恐不已，告医师：‘吾额上宝珠不知去何处，若无则乃虚幻耶？’心生极大忧愁。彼医为令大力士生喜，而言：‘莫哀伤！汝较力时宝珠没入肉中，于外仅现影像而已，汝较力时，因生起嗔心故宝珠入于肉内亦未觉察。’医师虽言，然彼不信，告医：‘汝莫说妄语，宝珠若没于肉内，则因脓血极脏故影像不能外现。’医师复令其照镜，宝珠已明现于镜中。大力士见之，生起稀有之想。善男子，一切众生亦复如是，因未敬依善知识，虽有佛性而无法现见，为贪嗔痴所障所压而屡屡流转于各趣中受苦。善男子，一切众生身内皆具足十力、三十二相、八十随好。”其中以多种方式宣说了众生皆具如来藏。







《黑班则续》中云："身中住大智，真断诸分别，佛性遍一切，住身非身生。"

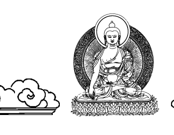
《宝网续》中云："我与诸众生，本来即正觉，以分别流转，发胜菩提心。"

《涅槃智慧经》中云："若证悟心，即是佛陀，故莫生起从他处寻正觉之想。"

《赞心金刚经》中云："如地下有水，无垢而存留，烦恼内智慧，亦无垢而住。"

《密藏续》中云："十方四时中，不得圆正觉，心性圆正觉，故莫寻他佛，佛寻亦不得……"

总之，应当以巨幅绸缎上画三千世界等比喻来了知一切众生本来即具有佛陀无合无离之四身五智，如同太阳本来具足阳光一般。佛界即是指一切时分自性清净，本体不变，彼之垢染是遍计性、客尘性的。《宝性论释》中云："大仙人尊者，烦恼即黑暗，清净即光明，烦恼力微弱，胜观具大力，烦恼客尘性，自性净根本……"此佛性本来无有垢染，故为究竟清净；无有迁变，故为究竟胜我；一切时分存在，故为究竟常有；纵然堕入诸痛苦之轮回中也不为痛苦所恼，故为究竟安乐。《宝性论》中云："常乐净我性，究竟功德果。"如来藏遍布一切众生。



《经庄严论》中云："如空恒常遍，佛性恒常遍，虚空遍诸色，佛性遍众生[11]。"

同样，如来藏虽然为烦恼所障，却不被烦恼所染，如同云层中的太阳一般，本来成佛时也是无灭无离而住。《宝性论释》中云："如来藏分三阶段，皆不为染污法与清净法所改变。"关于此三阶段，《宝性论》中云："不净不净净，极其尽清净，依次称众生，菩萨及如来。"不清净为众生时，清净与不清净兼具为菩萨时，极清净为成佛之时。能如理如实完全与佛性相同之比喻何处也无有，此等是就与如来藏相似而比喻的，彼论云："超越世间故，世间不得喻，如来藏佛性，相似而宣说。"如是比喻与意义不是完全相同，本性是一致的，因为阶段不同而说了九种比喻，这些也仅以部分相同表示而已。

若问：谁能如理如实现见此佛性呢？

答：未见实相已被善知识摄受之凡夫、对大乘有信解的声闻、缘觉以及诸得地菩萨，他们依靠胜解信以总相的方式证悟。十地菩萨片面证悟，如实现见者唯有佛陀，除佛之外，他众不能如实现见如来藏。《宝性论释》中云：

[11] 唐译：如空遍一切，佛亦一切遍，虚空遍诸色，诸佛遍众生。



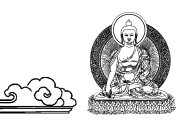




“犹如云隙之空中日，具您一分智慧之诸具慧眼清净圣者亦非全面见，出有坏您清净法身无边智慧，尽见遍布虚空的无边所知。”也就是说，如来藏或佛性住于具三身五智庄严轮之心性刹土中。若如实现见，则为佛陀，所以此等论典中的说法是合理的。

在有学道时，以诚信而衡量佛性的总相。《宝性论》中云：“自然之胜义，当以信心悟，日轮璀璨光，无眼者不见。”《佛藏经》中云：“仅证一方面并非证悟一切，即凡夫、声闻、缘觉、菩萨皆非如理如实现见如来藏。譬如，一天盲者问他人酥油之颜色，答曰：‘如白雪。’彼手触白雪，而执酥油色为凉。又言：‘如天鹅翅膀。’彼闻天鹅翅声而执雪色为扑拉拉声。复问：‘翼色如何？’答曰：‘如螺。’彼触螺感觉光滑而执翼色为光滑。无论如何言，然天盲者却不能如理了知其颜色。同理，佛性亦极难现见。”

凡夫也难以证悟佛性。《佛藏经》中云：“国王聚集诸多盲人，指示大象后，告诸盲人分别言说大象之特征。触大象鼻之诸盲人言‘象如铁钩’；触眼者谓‘象如碗’；触耳者谓‘象如簸箕’；触背者谓‘象如担架’；触尾者谓‘象



如绳子’。众盲人虽未说除大象外之他法，然彼等未全面了解。同理，对于佛性，虽有空性、如幻、光明等不同说法，然并非全面证悟。”

诸圣者菩萨虽有少许证悟，却并非如理如实证悟。《涅槃经》中云：“善男子，譬如，一盲人为治眼故往明医处。医持金器除其眼翳，举一手指示之，盲人言‘不见’。医复举二指或三指示之，盲人方言‘见少许’。善男子，我若未宣说此《大涅槃经》，则无量菩萨虽圆满十度后分别住于十地之间，然亦不见佛性，此理与彼相同，经如来宣说后，彼等方见少许。”直到以“仰观虚空鹅雁，为是虚空，为是鹅雁？谛观不已；树有白鹤，观察是水是树；见海上大船楼阁，即作是念‘彼是楼阁或是虚空？’方见少分”[12]等等比喻说明了见到少许如来藏也没有确定现见的道理。

若问：如来藏如此细微、难以观察，众生

---

[12] 《大涅槃经》原文唐译：复次善男子，譬如仰观虚空鹅雁，为是虚空，为是鹅雁？谛观不已，仿佛见之；十住菩萨，于如来性，知见少分，亦复如是，况复声闻缘觉之人能得知见？善男子，譬如渴人行于旷野，是人渴逼，遍行求水，见有丛树，树有白鹤，是人迷闷，不能分别是树是水，谛观不已，乃见白鹤及以丛树；善男子，十住菩萨于如来性知见少分，亦复如是。善男子，譬如有人在大海中，乃至无量百千由旬，远望大舶楼橹堂阁，即作是念：‘彼是楼橹，为是虚空？’久视乃生必定之心，知是楼橹；十住菩萨于自身中见如来性，亦复如是。







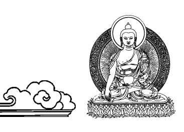
时不见，宣说又有何用呢？

答：宣说自他相续中存在如来藏有五种必要：一、是为了断除自己的怯懦心，了知修持解脱并不困难而生起欢喜心；二、断除轻视其他众生之心，从而对一切众生具有与佛同等的恭敬心；三、遣除不了知自己本具真实义身智之意趣，进而生起证悟胜义法界的智慧、了达实相；四、遣除有无常断之增损以后，生起证悟真实义的智慧；五、断除过分贪执自诩我为最胜，从而对自他一视同仁，进而于其他众生起大慈心。《宝性论》中云："如云如梦幻，所知皆空性。"

若问：诸佛为何说众生有如来藏？

答：《宝性论》中云："为断彼等有，怯懦轻辱众，执非真谤法，过分贪执我，如是五过说。"远离五过后生起五功德，即指"喜敬众如佛，妙慧智大慈，由生五法故，无过平等观"。

颠倒的庞大身体傲然挺立，用邪分别的金网覆着面部，与了义显密意趣背道而驰的愚痴者一口咬定说："如来藏是不了义的，经中所说如来藏的密意是指造因会生果，否则与外道的常我相同，佛之二身也是由二资而生。"



哎！如大象用莲网装饰美貌的可怜人，你们不了知佛所转三次法轮之密意，这也情有可原，显然你们是执著了空边。本来，初转法轮是相应初学者与下根者而说四谛为所断与对治法，这是为了让他们摆脱轮回，从所舍而言的解脱方便；中转法轮是针对已经修过心的行道者与中根者，为解脱执著对治束缚的方便，宣说八幻喻与如虚空般的空性；末转法轮是于修行究竟者与利根者前宣说所知本性如何安住。与外道之神我完全不同，因为他们在不了知的同时增益为“我”，不承认本性无有、大小之量以及身智之法。你们的无我与空执也仅是我执与实执的对治法而已，并非是了义的。《涅槃经》中云：“善男子，譬如，一妇人之婴儿，口腔糜烂，妇人悲伤寻医。医生以药油、乳汁、石蜜混合喂之，告嘱妇言：‘此子已服药，暂时未消化前，切莫喂母乳。’尔后，为使婴儿不吮乳汁而于乳房上涂苦胆汁，且告子言：‘我乳房已涂毒，莫吮也。’其子口干舌燥，虽欲吮母乳，然感受苦味立即不吮。药消化后，妇人洗净乳房，告子言：‘来，现可吮乳汁也。’彼童虽为干渴所逼，然因前时感受苦味亦不愿来吮。母再



三言：‘汝以前服药，药未消化前不能吮乳汁，故我涂苦胆汁，今汝药已消化，胆汁亦洗净，现无有苦味。’其子方渐吮乳。善男子，同理，如来为救度一切众生而宣说无我法门，精勤实修此，从而断除所谓‘我’之心，并决定涅槃。即是为遣除顺世外道之恶见，以修无我法门而成清净之身，如妇人为子而于乳房上涂苦胆汁，如来亦与彼相同，为令修空性而宣说诸法无我；如妇人洗净乳房唤子，喂其母乳，我说如来藏亦与彼相同。比丘，汝等莫畏，如母唤其子，子渐吮母乳。比丘，汝亦当分析，如来藏并非无有。亦当了知我昔于波罗蜜多经中宣说空性乃无自性之意趣。否则，仅修无所有之空性，亦不能成就佛陀之身智，果随因而生故。”

如是空性也是指显现的有法正在显现时远执为离一多的戏论，以各自本体而空，如同镜中的影像，而并非是最终一切都不存在，或者最初与现在无有而迷乱显现。《心经》中云：“色不异空，空不异色，色即是空，空即是色，受想行识亦复如是。”《中般若经》中亦云：“有法当时说为本体空，若无色，岂有以色空？”《宝性论》中云：“具足相之最，空性说为色。”

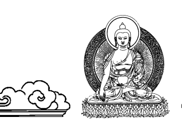


又云:“于此无所遣,所立亦毫无,真实观真性,见真性解脱。具有差别相，客尘界空性，见无差别相，无上法不空。”此论释中说:“以此云何？自性完全清净之如来藏上无有稍许所遣之染污法，因远离客尘即此自性故。于此所立之清净法亦无有少许，因为是无可分类、清净法的法性即自性的缘故。因此如来藏，有所分类、可以分离以及所断之烦恼一切皆空。无有分类、不可分离、不可思议之佛陀的法超越恒河沙数，为不空也。无有任何法即是所谓之空性，随见真实性；剩有任何法即是所谓之常有。当知如理如实了达真实性。”

众生本来具足佛陀之二身，其障碍是依靠二种资粮而遣除，并非是能生所生的因果关系，否则有法身报身变成有为法而成为无常的过失。法身本无迁变,《入中论》中云:“此寂灭身无分别,如如意树摩尼珠,众生未空常利世,离戏论者始能见。”《宝性论》中云:“法王摧死魔，本无世怙常。”显然也与这其中所说相违。《宝性论》中又云:“无为任运成,非由他缘证,具足智悲力，具足二利佛。”以此可遮破能生所生的因果关系。



所以务必了达无我、空性、无二等本义。如《大涅槃经》中云："如来藏，乃佛之自性普皆清净，无有迁变。若说有，则智者不应贪执；若言无，则成妄语，愚者说是断空，不了知如来藏密意。若说苦，则不知身具大乐自性，愚者认为身体皆无常，执为如新罐一般；智者对此分析而不说一切皆无常，何以故？自身具有佛性种子之故。愚者执著佛之诸法皆为无我；智者分析认为无我仅是假立异名而已，无有实体，如是了知于彼不生怀疑。若说如来藏为空性，则愚者闻后生断见或无见；智者了达如来藏无有迁变。若说解脱如幻，则愚者认为获得解脱是魔法；智者分析而知如人中狮子之唯一如来是恒常不变。若说以无明之缘而生诸行，则愚者闻后分辨为觉与不觉；智者了悟自性无二，无二即是真实性。若说以诸行之缘而生识，则愚者执行识为二法；智者了悟自性无二，无二即是真实性。若说诸法无我，如来藏亦无我，则愚者执著为二法；智者了悟自性无二，即我与无我自性无二。诸佛出有坏皆赞叹如来藏之义无量无边，吾亦于具德诸经藏中广说矣！"要按照这其中所说来理解。



如果认为：《幻化经》中说“邪见者永远无法获得涅槃”，并且也宣说了断绝种姓者，因此一切众生不一定普遍具有如来藏。

答：此种想法是不合理的，《幻化经》中所说的密意是指舍大乘法的邪见者长期不能解脱，以及从道中退转者暂时已断了修道的种姓，而并非断绝了心之自性光明界性。《宝性论释》中云：“经中所谓的‘邪见者永不得涅槃’，密意是指：因为于大乘法起嗔恚是邪道之因，故而为了避免对大乘法起嗔的别时意趣。”因为众生具有自性清净的佛性。有些永远不得涅槃是不合理的，因为出有坏佛陀考虑到众生无有差别皆具有可清净性，故言：“无始然有终，自性净常法，无始障不见，如金色被遮。”因为一切众生都具有无始善法界（佛性），终有一日会得以清净，所以所谓“无始然有终”是成立的。

觉醒二种佛性之相：（一）觉醒自性法身佛性之相：《入中论》中云：“若异生位闻空性，内心数数生欢喜，由喜引生泪流注，周身汗毛自动竖，彼身已有佛慧种，是可宣说真性器，当为彼说胜义谛。”（二）觉醒色身有法佛性之相：《经庄严论》中云：“加行观悲心，胜解及





安忍，真实行善法，定说佛性相[13]。”觉醒佛性之功德，彼论云：“纵久堕恶趣，亦速得解脱，彼纵受微苦，生厌度众生[14]。”意思是说，一次觉醒佛性以后，即使堕入恶趣，也会如线团落地弹起般速得解脱，以其感受微苦及强烈厌离心之缘也可度化众生。

假设众生没有这样的佛性，那么遭遇任何痛苦都不会生起厌离心，有些人有摆脱轮回、趋向涅槃之心也不合理了，甚至欲求解脱的想法也不可能出现。然而，尽管谁也未宣说，却有些士夫对苦难的其他众生起悲心，有些人因为感受痛苦而生起出离心等，这都是由于众生具有无始善法界即如来藏之力所致。《宝性论》中云：“若众无佛性，于苦不生厌，亦于涅槃法，无欲求心愿。轮回涅槃法，视苦乐功过，具有佛性致，无佛性无故。”

如是已广说了众生均具有佛性的缘故本身固有如来藏之理。为总结此理而说暂停偈：

众生皆具如来藏，客尘所遮之壳中，

本具光明法界灯，身智无合无离法，

[13] 唐译：大悲及大信，大忍及大行，若有如此相，是名菩萨性。

[14] 唐译：功德亦四种，虽堕于恶道，迟入复速出，苦薄及悲深。



自即具足任运成。勤修空性大悲藏，
获得所谓菩提名，利乐一切有情众。
虽如空日本自生，然为客惑云障蔽，
如梦三有中受苦，为遣二障当精进。
偶然迷现六趣相，以业习气如梦幻，
无前无后无而现，本具自成光明智，
纵然恒有今未见，如眠不见自住处，
当执无义遍计法，修炼光明之心性，
自在成办自他利。

若问：既然一切众生普遍具有佛性，为何还漂泊于轮回中呢？

答：众生由于未了知具有佛性，原本无有而执为我，以此为因，以前后屡生的烦恼、恶友、贫穷及随他人所转为缘，从而流转在轮回中。《经庄严论》中云：“串习惑恶友，贫乏随他转，当知佛性过，摄略此四者[15]。”《光次第论》中云：“本来光明未觉此，说心为我执我所，外境说他执我所，众生漂于三有界，以业各受诸苦乐。”《普作王续》中云：“稀有稀奇此游舞，离作犹如虚空住，一切不得以愚痴，无间之时由自生。彼即等同一切道，一切众生自性住，凡夫受欺迷惑故。”又云：“诸方光芒集于

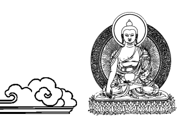
[15] 唐译：应知菩萨性，略说有四失，习惑与恶友，贫穷属他故。





彼，形成上下四方隅，无有固定彩虹色，现见佛性之差别，如是动尘不动性，五大种即大主尊。”

本来的心性光明明空自然本智，本体空性如虚空；自性光明如日月；大悲现相不灭如洁净镜面。如是从不堕轮涅任何一边之如来藏法报化三身的自性中，因本体空性而无碍显现；因自性光明而于外境中出现自然五光；因大悲觉性本智而产生能辨别之妙慧，从此三者中出现迷乱。《密藏续》中云：“奇哉稀有如来藏，由自分别而迷惑。”尔时，从未认识自然智慧本面的角度而言，称为俱生无明；从自现执为他现的角度而言，称为遍计无明。因为没有了知一切皆从实相中产生，反而执著为我和外境，从而迷乱为外器世界与内情世界各自异熟习气之身心、五毒种种相。《普作续》中云：“未悟普作我自性，观察我所作之法，因生贪执而成相，无常幻性将坏灭，痴如天盲之自性。”意思是说，众生由于根本无明而迷惑。《般若摄颂》中云：“佛说诸众生，皆由无明生。”众生是以我执、我所执而迷惑的。《般若八千颂》中云：“以我我所执，众生转轮回。”《般若二万颂》



中云："一切诸凡夫，无蕴起蕴想，无界起界想，无处起处想，无有缘起生，而作缘起想，执著一切法，颠倒缘起生，业异熟遍执。"

是怎样形成的呢？

如是从两种无明中形成三有之行，从而形成众生各自之有、名、色等。从凝酪等直至出生之间，逐渐形成身体。之后依次是触、受、六处到老死之间，周而复始形成十二缘起，故称为轮回。

如果说：最初实相不成轮回，而从如来藏中不应该形成轮回。

驳斥：事实并非如此。就像无有污秽、清净透明的水以冬季寒风之缘而结成如石头般坚硬的冰一样，从最初的本性中，以所生起的所取能取为缘，而形成种种牢不可破的妄相。《道情歌集》中云："水为风入所搅动，柔水亦成如石冰，分别所搅愚痴心，无色亦成极坚性。"从如来藏中迷乱时，心性上本来清净之本体无有迁变的本性真实义阿赖耶法身中有圆满的色身、刹土、智慧这一切，由于迷乱为所取能取的无明遮障，而从无始时以来于种种习气阿赖耶上播下各种各样的迷乱习气种子，众生因为





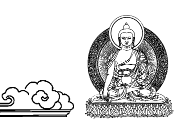
强大的习气力而在善趣恶趣中感受种种苦乐，如梦般流转时，执著我与我所，生起贪嗔等五毒，积累业与习气，毫无意义地迷乱产生各种实执，昼夜不停地在迷乱的显现中旋转，这是由于无基而不能迷乱，从中似乎迷现，如同梦中的妄相一样，在苦乐（不定的生活中）随烦恼而漂泊。例如，王子离开父王而流浪街头，正在受苦的当时，虽因生于王族而具有自性圆满的快乐，然而暂时他还是会受苦。《无尽藏窍诀歌》[16]中云："为如生有藤所缠，流浪我执旷野中，犹如太子离父王，无安乐时心苦恼。"

如前所说，众生正当无义地漂泊于三有荒野中时，仍然原原本本具有如来藏。《如来藏经》中云："嗟！佛子，譬如，有一量等同三千大千世界之巨幅整匹绸缎，三千大千世界皆圆满绘于其上。铁围山位置绘铁围山；大地位置绘大地；中千世界位置绘中千世界；大千世界位置绘大千世界；四洲世间界位置绘四洲世间界；大海位置绘大海；南赡部洲位置绘南赡部洲；东胜身洲位置绘东胜身洲；西牛货洲位置绘西牛货洲；北俱卢洲位置绘北俱卢洲；须弥

[16] 《无尽藏窍诀歌》：是萨绕哈尊者所著的道歌。







山位置绘须弥山；行地天无量宫位置绘行地天无量宫；欲天无量宫位置绘欲天无量宫；色界天无量宫位置绘色界天无量宫。巨幅整匹绸缎面积等同三千大千世界，令此巨幅绸缎入一极细微尘，如彼巨幅绸缎入一极细微尘，一切微尘无余入于巨幅绸缎中。尔后有具卓越智慧之士诞生，彼之肉眼成天眼且一切皆成清净光明，彼以天眼观而见此巨幅绸缎存于一极微尘中，众生皆未利用。其思筹：呜呼！当以大精进力将此极细微尘展开，令此巨幅绸缎利于众生。彼发起大精进力，以细金刚将微尘打开，如愿以偿使巨幅绸缎成为一切有情生存根本。嗟！佛子，如是如来之无量智慧，一切众生心相续无不具足，一切众生心相续亦同于如来之无量智，然为想执所缚之愚众不知如来之智，不了不觉不现。是故，如来以无贪之智彻见众生遍具法界而作师想。呜呼！此等众生不知如来真如正智，为令彼等趋入如来之智，我为众生开示圣道，以此可摆脱一切想之束缚。”

丙四、觉醒佛性得解脱之理：

觉醒佛性发二心，修悲世俗福德资，

瓶等三灌净生次，空性胜义智慧资，

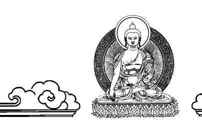






句灌圆次大手印，勤修增上二次第，
烦恼转依为智慧，一切善法愈增上，
净除佛性之障已，现见无垢法相日。

本来具足自性清净、本体无垢之心性，从本具佛智的自性光明之现分而言，任运自成具有佛陀色身功德，以九种比喻可以说明；从空分而言，具足法身功德，一切经续中用虚空之比喻加以说明。此现空无二无别是指所谓的无始善法界。尽管因无有迁变而称为自性住佛性，因清净垢染增长功德而称为实修生佛性，但实际上根本就是自证之光明智慧。觉醒此二佛性时，通过积累二资粮可以净除二佛性之垢，显现功德，最后获得二身及其功德。六度包括在二种资粮中，同样，生圆次第也完全可摄于二资粮中。如《幻化网》中云："生圆之次第，福慧二资粮，三灌一自性，余分无有量。"通过宝瓶、秘密、智慧三灌顶能净除生起次第之障，是福德资粮，得受后可以修持本尊坛城等一切有戏法门；通过句宝灌顶能净除圆满次第之障，是智慧资粮，得受后可修持光明等一切无戏法门。通过修炼生圆次第而净除佛性之垢，本来具有的佛性如日离云般从垢染之壳中显露出来。



以上已经广说了佛性，关于密宗（所说的佛性）之次第下文有讲述，在此不作广说。

丙五（别说同分善业）分三：一、圆满二资双运之理；二、不住有寂之理；三、宣说果。

丁一、圆满二资双运之理：

宣说善法自性之分类：

世间十善禅无色，有现福资后得境，
超越世间极无戏，胜义慧资入定境，
行持二资双运道，成就一切诸善妙。

如前所说，十善与四禅、四无色是随福德分善法，但此处所说的是一位补特伽罗如若以发心方便与智慧摄持时，那么他所行的十善与四禅、四无色定等便成了解脱之因。《中般若经》中云："须菩提，诸凡夫一旦发无上菩提心时，彼等所行之十善与四禅、四无色等即成随解脱分善而成为一切遍知之因，故当尽力而修行。"

丁二、不住有寂之理：

犹如善业转三有，能得寂灭虽说业，
然已超离三有故，业中解脱实非业。

若问：如同以随福德分十善迷惑转于轮回中一样，此随解脱分善难道不也成了轮回之因吗？







答：不会的。因为了知业无自性而行可以引向解脱，以相应比喻可说明随解脱分善是从三有中解脱之方便，而不是迁流三有之因。（佛菩萨）以大悲心救护三有众生，虽然住于轮回中却不为三有过患所染；了知诸法无生，以大悲方便不堕寂灭一边。《现观庄严论》中云："智不住诸有，悲不滞涅槃。"《宝鬘论》中云："无见堕恶趣，有见趋善趣，如实知真义，不依二解脱。"

丁三（宣说果）分二：一、略说；二、广说。

戊一、略说：

入道十善果异熟，等流增上及士用。

戊二（广说）分九：一、异熟果；二、等流果；三、增上果；四、士用果；五、六度之果；六、四无量之果；七、二谛之果；八、善恶分别之果；九、甚深缘起之果。

己一、异熟果：

以行小中大品善，暂成人天终定胜。

随解脱分善并不是像随福德分善那样终将灭尽，它的果报暂时感受人天乐果，究竟获得佛果。《般若八千颂》中云："尊者舍利子，以何善根趋入人间、天界复成就无上正等觉？以发无上菩提心摄持之十善、四禅、四无色定、



六度，中间永不灭尽也。”

己二、等流果：

同行等流善自增，感受戒杀得长寿，
断除偷盗受用丰，断除邪淫夫妻和，
无有一切诸怨敌。断除妄语不遭谤，
断除离间互为友，断除恶语言适宜，
断除绮语众悦耳。断除贪心果知足，
断除嗔心具慈心，断除邪见具正见[17]**。**

《宣说十善经》中云：“精进行十善业并使之增上：长寿、受用丰富、夫妻和睦、无有怨敌、不遭诽谤、众人悦意、语言适当、众人悦耳、知足少欲、互相慈爱、具足正见。”

己三、增上果：

增上果生圆满境，食易消化药力大，
净处药等具美味，他人不欺离畏害，
众人和合得胜乐，随季成熟丰收果，
地平严饰清凉池，鲜花果实皆繁茂，
叶果药等具美味，资源富饶具亲友。

《十善经》中云：“戒杀者生于环境优美之地；断除不与取者转生于饮食容易消化且具美味、药具强力之境；断除邪淫者转生于具有芳

[17] 本段颂词，藏文原文中没有将十善一一列出，只有等流果，但为了便于理解，在翻译时将对应的善业也补充上。



香药树之清净处；断除妄语之人无论生于何处皆无有怨敌、盗匪等危害且不易受骗；断除离间语者生于众人和合、瓦砾荆棘鲜少之境；断除粗语者生于四季无倒、花果应季成熟之境；断除绮语者转生于土地平坦、海湖严饰之境；断除贪心者转生于鲜花、果实、庄稼繁荣昌盛之境；断除害心者生于枝繁叶茂、硕果累累、香味扑鼻之境；断除邪见者无论生于何处，悉是果实丰硕、富有宝矿且怙主、亲友皆圆满。”

己四、士用果：

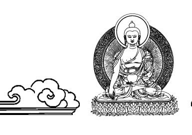
士用之果善增上，如意成办诸所愿。

《广大游舞经》中云：“喜善福德资粮增，尽持善妙菩提资。”《普贤行愿品》中云：“一切妙行皆成就。”

己五、六度之果：

此外布施具财富，持戒安乐忍相好，
精进具德禅心静，智慧获得胜解脱。

以菩提心所摄持的布施财物、禁戒罪行、摧毁嗔恨、勤于善法、一缘安住、了知二谛自性，即行持六度善法将获得胜果。《宝鬘论》中云：“施戒忍精进，禅慧悲体性，博施自财物，



持戒而利他，安忍断嗔心，精进喜善法，禅一缘无惑，慧抉择实义，慈悲悯众生，一味等心伴。施具财戒乐，忍具相勤威，禅寂慧解脱，慈悲成诸事。此七者无余，究竟至彼岸，智慧不可思，获得怙主位[18]。”关于六度加上慈悲，即是以菩提心摄持而修持，下文还有广说。

己六、四无量之果：

四无量之功德：

慈心悦意悲成利，喜心圆满舍无垢，
总之福慧资粮果，暂时增上决定胜。
此乃妙道大车轨，三世诸佛圆满因，
慈心众人皆悦意，悲心利益无边际，
喜心财富皆圆满，舍心自心极堪能。

经中云：“具慈心者有宽广、七大[19]、量无限定，与声闻、缘觉不共之功德，令人天悦意、获得妙色……”此外，《宝鬘论》中云：“每日三时施，三百罐饮食，不及须臾间，修慈一分福。人天等慈爱，彼等亦守护，意喜身乐多，无有毒刃害，无劳事得成，感生梵天界，纵然

---

[18] 《宝鬘论》此教证中从“博施自财物”至“获得怙主位”，在原文颂词中没有找到。原文颂词只有“施戒行利他，勤忍为自利，禅慧解脱因，总摄大乘义”。

[19] 七大：所缘大、修习大、智慧大、精进大、方便善巧大、正性修习大和事业大。

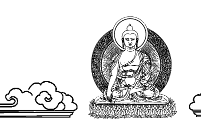


未解脱，亦得慈八德[20]。若令诸有情，坚发菩提心，常得如山王，稳固菩提心。由信离无暇，依戒生善趣，凭依修空性，不执一切法。于善不放逸[21]，正直具正念，思维得智慧，恭敬证法义，护法具智慧。依凭闻正法，施法无障碍，感得伴诸佛，迅速成所欲。无贪成法利。无吝增受用。无慢成主尊。法忍获总持。以授五精华[22]，及作无畏施，诸魔不能侵，成大威力最。佛塔供灯鬘，暗处置灯盏，油灯加油汁，依此得天眼。供养佛塔时，敬献妙乐器，铃铛螺及鼓，依此得天耳。不举他过失，不说诸残疾，随护他心故，获得他心通。施履及车乘，服侍羸弱者，乘骑奉上师，智者得神变。为法而行事，忆念法句义，法施无有垢，故得宿命通。如实尽了知，诸法无自性，故得第六通，永尽一切漏。为度诸有情，了真如等性，大悲润修行，成具殊胜佛。种种愿清净，佛刹即清净。宝献能仁王，得放无量光。故知业果理，随同而行持，恒常利有情，即利汝自己。”这些方式

[20] 慈八德：长寿、妙颜、种姓圆满、自在圆满、辞严、具大名望、丈夫身、具力。

[21] 于善不放逸：此句在《宝鬘论》原颂中没有。

[22] 五精华：藏医中所说的五种滋补药品：蔗糖、炼酥、蜂蜜、芝麻油与食盐。



是趋至佛地的殊胜方便。《本生传》中云：“谁具福慧资粮果，即为解脱大津梁，永无其余解脱因，故降善法之甘霖。”

己七、二谛之果：

如是有寂诸行业，依心心性即光明，
无作离戏如虚空，二谛之义缘起生。

如是所说的一切业皆依赖于自心，若加以观察，则心无有自性，本来光明，即世俗谛为缘起而生，胜义谛为自性清净。《三摩地王经》中云：“无罪具足十力佛，说此殊胜之等持，三有众生如梦境，于此不生亦不灭。众生名命亦不得，诸法如泡芭蕉树，如幻亦如空中电，犹如水月如阳焰。有者虽于此世去，迁移往生于他世，然业何时亦不虚，轮回中熟黑白果。非为常有亦非断，无有积业亦无住，若作并非无感受，他者已作己无受。无有迁变不复返，一切非有亦非无，似乎住此亦非入，无众生行无入灭。三有如梦无实质，速坏无常如虚幻，无来亦无自此去，相续恒空无相状。善逝行境佛功德，无生无寂无相处，具力总持功德力，此乃人尊殊胜佛。积累白法胜功德，功德智慧陀罗尼，力及神变皆为最，殊胜五通皆得故。”

己八、善恶分别之果：

宣说无而显现如梦之业的比喻：

本来清净无而现，业作一切如画家，
恒时跟随如身影，不迁他处如苦乐，
自性难挡如河流，能变高下如君主，
极其广大如虚空，黑白不变如莲花。

此等业与烦恼虽无自性，然而显现不灭，为此依赖根本无明，业缘从境而生，业因与三毒相联。《念住经》中云："业之根源即无明，若觉知则不随业转故。比喻：业如画家，可作种种故；业缘乃思维对境，业如猴子，所行多种；业如鱼儿，住于三有海中；业如家主，积累种种习气；业如幻术，无而显现；业如身影，恒时跟随；业如苦乐，不迁移性；业如河流，势不可挡；业如国王，掌握苦乐；业如虚空，广大无边；业如青莲、睡莲，互不改变……"

己九、甚深缘起之果：

观察诸业无本性，如梦能现异苦乐，
心立诸业无实相，因果无欺深缘起。
非有非无无二性，行何成熟如是果，
此乃如所尽所境，遍知如来所宣说。

我们以寻伺寻找一切内外界，根本无法得到业与烦恼。如《入行论》中云："惑非住外境，

非住根身间，亦非其他处，云何害众生？惑幻心莫惧，为智应精进。”虽然在胜义本性中无有业，却于此如梦般的世俗中，以造罪行善而分别感受苦乐。若以智慧详细分析，则诸业超越有无之边，犹如虚空，无有所积之业，因此郑重教诲说：切莫以心强行积累迷乱所生之业。遍知佛陀彻知此理而宣说，而外道中绝无此理。阿阇黎巴雪于《中观宝灯论》中云：“出有坏您说，因果无欺惑，诸业皆如梦，他论未宣说。”

丙六（破他宗之邪分别）分四：一、破谤因果；二、破斥空见；三、破有顶具识；四、宣说真实业果。

丁一、破谤因果：

何人诽谤业因果，则为外道断见徒，
谁执空见为究竟，堕于断边愈下堕，
此等趣入诸恶道，永不解脱离善趣。

有些具增上慢的愚者不了知诸法之密意，声称：“业与业果均不存在，犹如虚空般的真如中一切皆无。”并且舍弃善法，随意造罪，他们还口口声声地说：“众生是自现，如梦一般，别处不成立，杀生也无有罪过，如同木头一样。”这些人是持断见者，非佛教徒。《妙臂请问经》中云：“有者说：‘无业亦无业之异熟，所谓之



业仅是引导诸凡夫之不了义法而已。’彼等多依不善业，当知彼等非佛教徒，乃自诩佛教徒，依止顺世外道，为魔所欺。”《宝鬘论》中云：“简言无见者，谓无业之果，非福恶趣因，称之为邪见。”又云：“无见堕恶趣。”

丁二、破斥空见：

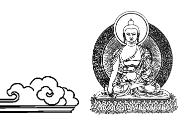
有谓因果悲福资，不了义法不成佛，
言诸瑜伽士当修，了义无作如虚空，
此等说法真可笑！此乃最重断见者，
入于最深劣道中，破因立果诚稀有！

顺世外道对现量对境的显现尚且没有说不存在，而你们这些人破解脱之因（积资等）却承认解脱之果，想通过修无作之义而得解脱（实在稀奇）！

丁三、破有顶具识：

若是虚空何需修，否则虽修徒无益，
修无所有若解脱，虚空识派亦成佛。
承许修亦成因果，故当舍弃此恶道。

请问你们是否承认如虚空一样，如若承认，则无需修持，因为已经成立是（如虚空一样）之故；若不承认，则虽修行也是徒劳无益，因为本来不是，尔后不能修成如是，就像成立虚



空空无所有后不成他法一样。请问，修此有何用？

如果说：依此可从烦恼中获得解脱。

驳斥：倘若如此，则成立因果，所以你们再也不要说无有因果了。如果修无所有也能够解脱，那么现世美外道理应解脱了，因为他们修无所有之故。《道情歌集》中亦云："我言虚空意识派，何时亦无有解脱。"以此也可破遮上述观点。因此，教诫说切莫念念不舍这样的观点。

丁四、宣说真实业果：

所谓真实之正道，即是因果之缘起，
方便智慧任运成，依现无性之业果，
修现无性之道故，获得现无自性果，
现无自性而饶益，现无自性之有情。
即深因果之缘起，故为了义经续义，
依二资粮二次第，速成圆满正等觉。

依靠如是现而无自性如幻的二资粮而成佛。《幻师善贤请问经》中云："如幻积资粮，如幻成正觉，如幻而利益，如幻之众生。"一切了义经续中已经宣说了此理。诸续部中说：以生起次第与圆满次第而积累二种资粮，从而于







坛城中成佛。

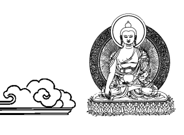
甲三、结尾：

此乃无余而断除，三有一切因果行，
当行解脱之因果，速成增上胜菩提。

我们要断除一切罪业，行持一切善法，应当使人生有意义，因为必然要迅速离开人间之故。《亲友书》中云："寿命多害即无常，犹如水泡为风吹，呼气吸气沉睡间，能得觉醒极稀奇！"要这样来思维，无论是为自己还是为他人，都不应造罪，甚至为了堪布、阿阇黎、三宝也不应当造罪，否则，恶果只会成熟于自身，他们不会替你分担。《亲友书》中又说道："汝为沙门婆罗门，师客父母王妃眷，亦不应造诸罪业，地狱异熟他不分。有者所造诸罪业，纵未即时如刀砍，然死降临头上时，罪业之果必现前。"

关于断除罪业，《亲友书》中云："诸不善果之种子，即身语意造恶业，尽力不染纤尘许，汝当如是而精勤。"

解脱唯一依靠自力，他人不可能成为修持解脱之助手或修行助伴。因此，自己务必断恶行善。《亲友书》中云："解脱依赖于自己，他



人不能作助伴，具足广闻戒定者，应当精勤修四谛。”

那么如何修行呢？《亲友书》中又云：“贤明君主勤度过，白昼上夜及下夜，睡时亦非徒无果，于中夜具正念眠。恒常真实而修持，慈悲喜舍四无量，纵然未证正等觉，亦得梵天无量乐。以断欲行喜乐苦，四种禅定次第生，梵天光明遍净天，广果天之四天界。恒贪不具对治法，殊胜主田之事生，五种善恶更为重，故当精勤行大善。数两盐转少水味，非能改变恒河水，如是当知微小罪，无法摧毁大善根。掉举后悔与害心，昏睡贪欲及怀疑，当知此等五种障，乃夺善财之盗匪。信心精进与正念，等持智慧胜法位，当勤于此称力根，乃为顶位之本体。”应当不超越此中所说之理，依此可成就增上生、决定胜之法。

甲四、回向本品善根：

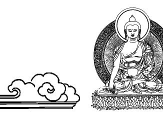
现将如理广说义理之福德回向众生：

如是大乐法甘霖，令众心田二资盛，

于此业惑三有中，疲劳心性今休息。

以此句义之清凉法雨，令众生心田中的善资庄稼茂盛，遣除充满三有的烦恼以及乏少安






乐的贫穷，于圆满功德的佛果虚空藏中得到休息。

今从导师所开法门中，撷取甚深意义此珍宝，
为利他众谨慎而撰著，以此愿众获得胜菩提。
意虚空中烦恼之群星，闪烁非理作意之白光，
愿以广大福德之阳光，湮没彼光升起智慧日。
愿诸众生所愿如意成，越过业与烦恼之大海，
愿恒享受圆满之妙法，愿于无勤之中善自增。

大圆满心性休息中第四品
业因果释终







第五品　依止善知识

通过共同四前行使心相续堪能，以宣说佛性功德令生欢喜，因如理宣说彼等之义者即是善知识，故于此宣说依止善知识品。

依止善知识品分六：一、善知识为无误引导者；二、善知识为一切决定胜之源泉；三、依止善知识弃离恶知识之教言；四、远离恶友等；五、了知取舍后求悉地之理；六、回向本品善根。

甲一、善知识为无误引导者：

现在宣说能引导众生之善知识的法相等，承上启下：

如是无谬因果道，来源依止善知识。

了知正法与非法、善业与恶业都是由依止善知识而来。《华严经》中云："嗟！善男子，汝当令善知识生喜，以此可尽知福德与非福德资粮，故能尽除一切流转轮回之因。"

甲二、善知识为一切决定胜之源泉：

三世一切佛菩萨，以及声闻缘觉众，
获三菩提由师生，获得世间增上乐，
亦源依止诸上师，故当谨依善知识。





《弥勒请问经》中云："弥勒，当知诸声闻、缘觉及无上佛陀之解脱、彻见诸法之智慧皆来自于依止善知识；弥勒，当知众生之一切利乐皆源于自之善根，彼亦来自善知识。"

甲三（依止善知识弃离恶知识之教言）分二：一、略说；二、广说。

乙一、略说：

犹如藤依旃檀树，依止正士自变善，
好似粪染吉祥草，依止恶人自成劣，
故当敬依善知识，弃离一切恶知识。

犹如依于旃檀树的藤条久而久之也会变得高高耸立、香味扑鼻；如同被烂鱼等肮脏物所染的纯净吉祥草也会变得污秽不堪。同样，我们发觉到依止正士的利益与依止恶人的过患后，应当依止善知识。《毗奈耶经》中云："藤依萨拉树，依正士复然，为妙功德饰。"又云："人前吉祥草，若为腐鱼染，不久吉祥草，亦成如是腐。故依非正士，后果亦复然。"

乙二（广说）分三：一、上师之法相；二、依师之方式；三、弟子之法相。

丙一（上师之法相）分八：一、善知识之总法相；二、善知识之功德；三、殊胜法相；四、以比喻赞颂；



五、相合意义而赞颂；六、摄义；七、视上师胜过佛陀；八、依师之功德。

丁一、善知识之总法相：

善知识法相中，首先宣说总的法相或者依照外显宗而言：

若问上师之法相，为引世间与众同，
超世间故与众殊，三门诸行较众胜。

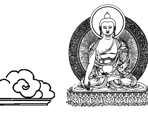
《华严经》中云："何为善知识？为引导一切有情，故见无有不同；超越世间故与众皆不共；所作所为具义故成办无量利益。"

丁二、善知识之功德：

若问：善知识有何功德？

威仪寂静身无过，善巧遣疑语无垢，
遍知慧藏意调柔，广闻大悲德无边，
大智意行如虚空，事业无量利缘众，
仁慈无厌恒精进，众生导师当依止。

善知识以其身语意众多功德利益有情，智慧密意深广如虚空；以广大的事业令凡是与之结缘者均播下解脱种子；以大悲心恒时如独子之母般观照众生；因为富有圆满通达圣教的功德而应机广转各乘法轮。《经庄严论》中云："当依调柔极寂静，具德精进通圣教，证悟实



相语善巧，慈主离厌善知识[23]。”

丁三、殊胜法相：

在总的法相基础上，具足其他功德之内密宗上师的法相：

尤其密宗上师相，戒誓言净具灌顶，
精通如海续窍诀，念修事业皆自如，
见修行果获证相，以慈善巧之方便，
令所化众成熟解，传承加持云不散，
当依如是成就者，具有功德之上师。

大阿阇黎布玛莫札于其所著的《幻化网如镜疏》中云：“上师即圆满获得内外坛城之灌顶，戒律誓言清净，精通续部各自之义，依修及（息增怀诛）事业等义皆运用自如，因证悟见解而不愚昧，已获修行之纯熟体验，各种行为与实证相联，以大悲心引导所化众生，具足此八种法相。”我的上师（大持明革玛燃匝尊者）说：“在此八种法相基础上，尚需具足无垢传承与加持之缭绕云雾，共九种法相。”

丁四、以比喻赞颂：

若问：如是上师具何功德？

[23] 唐译：调静除德增，有勇阿含富，觉真善说法，悲深离退减。








具足无边功德者，一切众生之至亲，
于此略赞善知识，令渡有海大舵手，
令入正道大商主，遣除衰败如意宝，
熄业惑火甘露水，清凉法雨妙雨云，
令众生喜大天鼓，除三毒疾大药王，
一切有情安乐源，犹如茂盛摩尼树，
遣愚痴暗大明灯，自成众愿妙宝瓶，
大慈日光无有量，除恼利乐皓月光。

《华严经》中云："嗟！善男子，能令他众渡过轮回海，故如大舟；令入解脱道，故如商主；遣除三有衰败，故如摩尼宝；熄灭业惑之火，故如河流；普降大法雨，故如妙云；令众生欢喜，故如大天鼓；遣除烦恼之疾，故如药王；遣除一切无明黑暗，故如明灯；满足众生所欲，故如如意树；成办一切所愿，故如妙瓶；慈心无量，故如日轮；遣除烦恼酷热，故如月轮；赐予圆满功德，故如多闻天子。"

丁五、相合意义而赞颂：

密意广如净虚空，光明等持如星辰，
智悲无量如大海，悲心奔腾如瀑布，
不外散乱如雪山，毫不动摇如山王，
住有不染如莲花，等慈爱众如父母，
功德无量如宝藏，引导世间如佛陀。







《大方广佛华严经》中云："嗟！善男子，如是善知识所生功德无有量。即悲心广大如虚空；具诸多总持、等持如星辰；大悲无量如大海；悲心无量如河流；不为散乱所动如雪山；于真如性中不动摇如山王；虽住于三有中然不为过患所染如大白莲；慈心无垢平等如父母；功德无量如珍宝之源泉；救度轮回诸众如善逝。如是功德无量无数。"

丁六、摄义：

具德上师即法王，住于何处等诸佛，
令凡见闻念触者，悉皆摧毁诸轮回，
事业广大任无量，如众所依之大地。

如若佛陀出于世间，则令凡是见闻忆念的一切众生行持善法。同样，上师也能做到这一点。上师以相应的事业利益众生，由此也说明上师等同佛陀，上师又是佛的化身，由此也说明上师等同佛陀。《大鼓经》中云："阿难莫哀伤，阿难莫哭泣，我于未来时，化为善知识，利益汝等众。"《金刚镜续》中云："金刚萨埵坛城主，上师等同一切佛。"

上师如大地般无有厌倦地成办他利，即使见到自利寂乐也不希求，为了他利纵然有再大



的困难也甘愿承受。《致弟子书》中云："一切大士精进而利他，纵为劣种亦勤令众乐，犹如七马无厌驾驭日，大地不畏沉重撑世界，毫不利己大士同此等，一心一意利乐世间界。见为无明云烟笼罩众，坠于痛苦火中无自在，精进之心如头燃烈火，彼等即是大士或智者。利他纵入遍火无间狱，亦如清凉月光雪极喜，利己纵是绽放莲花海，亦如熊熊火舌极酷热。利益他众一切诸智者，纵住剑叶林中亦轻松，利己刹那相处诸天女，于乐园中欢悦亦不为。为度无有依处诸有情，亦能屡屡入于无滩河，利己依于乐触之自性，热气腾腾天河亦不为。如是谨持宝饰之饰戒，明中光明寂静甘露定，喜中喜慧报恩人方得，依吉祥之吉祥寂乐因。恒时依止佛语之花朵，药树鲜花中生广大果，当依善逝花语善知识，且观蜂于蜜中极欢喜。"

丁七、视上师胜过佛陀：

上师即佛第四宝，坛城主尊黑日嘎，
调伏浊世难化众，所化之前胜诸佛，
三门无伪敬依止，悉地根本金刚师。

《佛双合续》中云："佛法僧三宝，上师第四宝。"《广大密续》中云："坛城主尊黑日嘎，





即是胜师悉地源。”《无垢虚空经》中云：“阿难，诸如来非于一切众生前显现，而尽现为善知识宣说佛法，令播下解脱种子，故善知识胜于一切如来，当铭记此理。”又《道情歌集》中云：“悉地根本金刚阿阇黎。”《如意大庄严续》中云：“三门具敬畏，恒奉诸供品，真实依上师，令其生欢喜。”

丁八、依师之功德：

除以上所述之外，上师还有其他哪些功德呢？

上师可阻恶趣道，利乐现后善趣梯，
加持相续示真义，令入成熟解脱道，
故以稳固不变信，恒时无厌依上师。

上师开示阻塞恶趣道、开启善趣门的妙法，引导我们趋入佛地，并且是一切功德的源泉，如果我们无有狡诈、恒时稳固、诚心诚意、毫无厌倦地恭敬承侍，则今生便可获得殊胜功德。《智慧镶嵌续》中云：“恒时无谄诳，于具诸德师，虽作微供养，今长寿无病，受用丰悦意，来世得解脱。”《无尽藏窍诀歌》中云：“呜呼空行之密语，能示诸法为一义，即是犹如天鹅喙，殊胜至尊之上师，当以敬心净顶戴。能诠心性



唯上师，所诠法器即弟子，证悟此义刹那间，摧毁诸苦源师恩，现见实义为报恩，当恒视师为药王。深广轮回大海中，能渡宝舟唯上师，依此大船得大乐，真敬大力舟子师。以如日之智慧光，能遣无明殊胜士，如点金剂法成乐，恒依善巧轮王师。以如河心伏二执，未舍一切具净智，未改自心住本地，皆由师言甘露生。心与心所诸名言，假立此法成助缘，源于胜师之语莲，即皆来自善知识。谁亦不知续隐义，名言以及诸佛密，窍诀眼见遍法味，礼师足尘证智慧。空箭射中诸实法，以现方便证空性，以智慧见所量境，彼慧源于无等师。方便令惑转道用，任何妄念无法转，由此窍诀藏所生，定依至尊力获得，故以方便恒依止，具有传承加持师。”

丙二（依师之方式）分二：一、依师方式之比喻；二、如同患者依医师。

丁一、依师方式之比喻：

若问：该如何依止上师呢？

如同患者依药王，黎民百姓依君主，
客人依止护送者，商人依止大商主，
舟子依赖于船桨，为灭烦恼离过害，








因畏生死成二利，为渡有海当依师。

为了消除烦恼的疾病，一定要像患者依止医师那样依止上师；为了摆脱罪过的恐怖，要像百姓依赖国王那样依止上师；为了解脱生死怖畏，要像客人依赖护送者那样依止上师；为了成办自他二利，要像商人依止商主那样依止上师；为了越过轮回大海，要像船夫依靠船桨那样依止上师。

丁二、如同患者依医师：

首先当如患者就医般依止上师。

上师明医教言药，自为患者作此想，
精进修持如服药，得寂乐果如病愈。
其余依法以此推，当以清净四想依。

《华严经》中云："善男子，汝当于己作患者想；于法作妙药想；于精进修持作疗病想；于善知识作明医想。善男子，汝当于己作庶民想；于法作无畏想；于精进修持作灭害想；于善知识作国王想。善男子，汝当于己作客人想；于法作无畏施想；于精进修持作救畏想；于善知识作护送者想。善男子，汝当于己作商人想；于法作商品想；于精进修持作获利润想；于善知识作商主想。善男子，汝当于己作舟子想；

于法作船想；于精进修持作趋彼岸想；于善知识作船桨想。善男子，汝当想善知识无厌担负一切如大地；不为一切所害如金刚；不违一切教言如弟子；唯命是从如奴仆；毫无傲慢如断角牛。”《入行论》中云：“舍命亦不离，善巧大乘义，安住净律仪，珍贵善知识。”

丙三（弟子之法相）分二：一、应舍弟子之法相；二、应摄弟子之法相。

丁一（应舍弟子之法相）分二：一、劣法器弟子之法相；二、未观察之过失。

戊一、劣法器弟子之法相：

劣缘弟子诸过根，无信惭愧悲心微，
种姓行为缘皆卑，妄念业惑五毒粗，
混淆善恶法非法，违犯学处破戒律，
不守誓言无对治，愚痴慧浅难知足，
增长嗔心多粗语，师作野兽法麝香，
自为猎人修射箭，获得法果售他人，
以五倒想依师者，无誓言故今来苦。

劣缘弟子是诸多过患之器，信心微薄，无有惭愧，悲心微弱，种姓卑贱，性格恶劣，行为下流，缘分浅薄，妄念纷纷，烦恼粗重，善恶不分，违犯学处，失毁戒律，不守誓言，不护惑门，不知对治，智慧浅薄，难以知足，嗔



心增长，常出粗语，自然勤做非法之事。如此之人是出卖佛陀灵魂者，是亵渎正法者，是僧众的败类。此等弟子若向上师求法，则不调伏自心，损害他众，轻蔑有情，如同猎人，心想：我只不过要从这位阿阇黎得传承而已，其实他也有如何如何的过失，就像旁生一样。这些人只是表面闻法想胜过他人，视正法如麝香。闻法尚未圆满，却为了得到他人的奉承或在别人面前炫耀，或者为得少许资具而将佛法如同商品般出售。此类人今生不吉祥，来世将漂泊于恶趣中。《三誓言庄严续释》中云：“诽谤密宗金刚师，以法换取食财物，且不如理守誓言，彼等即生寿命短，失毁福德及善缘，空行惩罚遭痛苦，后世堕入恶趣中。”

戊二、未观察之过失：

此外，恶缘弟子，

有者最初未观察，鲁莽草率成师徒，
喜新赞德后诽谤，有者阳奉阴违依，
间接污辱师眷属，彼等将堕无间狱。

有些弟子最初没有观察上师，上师也不曾观察弟子相续，而草率结成师徒关系，虽然刚刚接触时弟子恭敬承侍供养上师，但以小小因



缘便恼羞成怒，从而对上师出言讥讽、恶语中伤，独处时也想着上师的过失，并且污辱上师的一切眷属。有些弟子虽然当面虚伪地赞叹、恭敬上师，实际上却毫无信心恭敬心，并且暗中狡诈欺骗上师。此等弟子因诽谤上师的缘故罪过无量。《事师五十颂》中云："佛经真实而宣说，诽谤上师之众生，长久住于无间狱，此等恐怖地狱中。"

丁二（应摄弟子之法相）分十二：一、贤善弟子之法相；二、思师功德忏前戒后；三、勿令师不喜所作当请示；四、于师前断除身之恶行；五、断除一切语之过患；六、断除意之邪分别念；七、观察己过恒敬上师；八、持一切恭敬行为；九、修持正知正念不放逸；十、以三喜恭敬承侍上师；十一、以方便遣除他人之诽谤；十二、如是而行之功德。

戊一、贤善弟子之法相：

宣说殊胜法器之法相：

善缘弟子信心大，精进修法智慧高，
具正知念不放逸，不违教言守戒誓，
三门调柔悲心大，胸怀宽广不急躁，
慷慨具有清净观，虔诚恭敬恒稳固。

令上师欢喜的功德也是无量的。《文殊智慧庄严经》中云："任何具殊胜信心之善男子或





善女人，若恭敬供养承侍善知识，则胜过供养恒河沙数诸佛福德无量倍。”《胜智续》中云：“若以一滴油，涂师一毛孔，其福则超胜，供养千劫佛。”因为上师是殊胜的对境。《集密意续》中云：“当知上师较，千劫佛严厉，千劫一切佛，皆由依师生，无有上师前，佛号亦无有。”

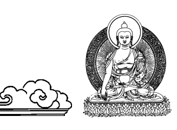
戊二、思师功德忏前戒后：

贤善之弟子，

恒时忆念上师德，不思过失见思德，

定是自现师无过，深思忏戒依对治。

作为贤善的弟子，从不观察上师的过失，而唯一忆念其功德。假设稍不起信，则应想如梦中出现的恶境皆是自心迷乱显现一般，上师绝不会有过失。即使梦中对上师行为不生信心，（出现邪见等，）醒时也需要立即忏悔。《菩提轮游舞续》中云：“倘若于梦中，见上师过失，醒时即忏悔，倘若未忏悔，亦堕无间狱。”如若白日出现此等现象，必须在刹那或须臾或者未过一昼夜时忏悔。若想上师一过失，当思上师一百功德，若说上师一过失，要讲上师一百功德。



戊三、勿令师不喜所作当请示：

当断师诸不喜事，精勤令师生欢喜，
永不违背师教言，师之爱眷亦如师，
不摄师眷为弟子，说法灌顶当请示。

弟子恒时应当断除上师不欢喜之事，成办上师欢喜之事，依教奉行。《菩提轮游舞续》中云："纵然具过失，若依师言教，亦成真实义，何况应理事？爱眷亦如师，不摄师眷属，灌顶法开光，烧施当请示。"其他续中亦云："师喜之眷亦如师。"

戊四、于师前断除身之恶行：

师前当护身语意，不应伸足跏趺坐，
亦莫背后向上师，嬉笑显露愁怒容。

《三次第论》中云："师前身莫作，跏趺背朝师，面露喜怒纹，总之当谨慎。"

戊五、断除一切语之过患：

切莫信口出胡言，言说妄语离间语，
他过不悦耳粗语，未经观察无关语。

切切不可在上师前言说戏谑之语、无稽之谈、人云亦云之语、妄语、离间语、诽谤他人等。即使所说是真实的，自己也会有很大罪业。为什么呢？因为既被上师所耻笑又扰乱上师的





心。即使刹那扰乱上师的心也有严重的过失。《三次第论》中云："师前切莫说，放逸无关语，凡夫若生嗔，亦堕孤独狱。违背上师意，无间地狱中，无量劫受煮。"

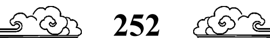
戊六、断除意之邪分别念：

不应贪图上师财，禁止损害其诸眷，
切莫口是心非观，上师各种之行为，
勿想彼为不合理，前后相违除邪见。

身为弟子，不应贪图上师的财物而想将其物品据为己有，也不要对上师的眷属、弟子、施主等所属之人怀有害心，因为上师把他们当作我所，如此而为将令上师不欢喜。对于上师有必要而显示寂静、忿怒或相合世间的行为时，不应该口是心非地认为这是错误的、不合理的，或者以为上师的前后语言、少许事情有许多矛盾之处。《成智慧根本续》中云："断除贪师财，污辱师眷亲，于师为利众，所现种种行，无量如海密，断除生邪见。"

戊七、观察己过恒敬上师：

不知自己造罪业，彼相外现如影像，
倘若上师现忿怒，定观己过当忏戒，
顶上观师猛祈祷，令师生喜获成就。





当真实的善知识显现发怒，要想到事情不妙，一定因为是自己做错了事让上师不欢喜，一边想实在不该如此，一边观察自己的过失，猛烈忏罪戒犯。无论与任何人结怨，都必定有一半过咎在自己，即无有不生，如南赡部洲及北俱卢洲中的人互不见闻不会生嗔，又如鼓与鼓椎，相互接触方出声音。怨恨之因是自己不应如此，因为在他人眼里也是罪业，自己的嗔心与愤恨一生再生，久而久之就会成为地狱种子。无论与何人结怨，都要把对方观在头顶上，进行忏悔，几日后一定可化解怨恨，清净罪障。

尤其与上师结怨就更不应当了，因此将上师观想在头顶上，顶礼供养，极度追悔，以至于泪水涌出，双手合掌，念诵：“**呜呼，上师如意宝，我无余依处，祈以悲目视，无明迷压我，三门一切罪，以大悔心忏。违犯三戒律，以罪垢染心，皆依您大悲，刹那得清净。因我极愚昧，无知中造罪，昔漂轮回中，今依大悲师，令我一切障，刹那得清净。如是见无知，凡夫过患时，若不悲观照，如何垂念他？如子一切罪，母除令清净，汝初发心已，立誓而饶益，吾等六道众，此时何不念？见我等迷众，若不悲摄受，以汝之事业，如何利所化？昔日无量佛，舍吾等涅槃，如今十方佛，请您利我等，化为上师相，汝岂敢舍弃？如畏送者**






欺[24]，您今欺骗欤？若祈如意宝，亦赐众所欲，汝通悲方便，何不观照我？供施说谛语，罗刹尚立即，弃前嗔降临，您乃众悲怙，敬供虔祈祷，忏罪何不见？我罪未净前，若转生他世，唯有狱火焚，您若不观照，岂谓大悲主？呜呼哀祈祷，我罪悉清净，刹那悲垂念，灌顶加持我，赐共胜悉地，遣除诸魔障，即生成诸愿，临终无诸苦，中阴脱诸畏，引至密严刹。”如是在昼夜四座中每座祈祷七遍，依此可以清净所失毁的一切戒律，迅速获得共同殊胜成就。在所有忏罪酬补法中再无有比此更深的要诀了。

戊八、持一切恭敬行为：

见上师时起顶礼，坐时敷垫供资具，
合掌美语作赞颂，行时起立敬随行。

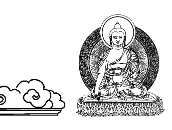
见上师到来时，要起立并铺设坐垫，合掌赞颂上师；上师来去时，应当起立迎送等。《胜法毗奈耶经》中云：“见堪布时当立即从座上起立。”《百业经》中说：“如果上师来时未起立，则五百世转为跛子。”如果在上师来去之时起立承侍，则获得相好。《现观庄严论释》中云：“若迎送上师等，则将具足手轮足轮相。”

戊九、修持正知正念不放逸：

[24] 如畏送者欺：意思是说在可怖的地方被护送者所欺骗。







与师相处时恒具，正知正念不放逸，
当以敬畏心而住，犹如新媳之姿态，
师前三门极寂静，放荡不羁不应理，
不求名利无偏袒，无有谄诳不狡诈，
表里如一不虚伪，一视同仁无贪嗔。

也就是说，坐在上师面前，务必要以正念摄持，谨小慎微严禁身语意的一切恶作；以正知摄持，以心观心，不为烦恼所转；以不放逸摄持，需要像新媳妇或新比丘那样寂静调柔来成办所愿。《入行论》中云："尽力遍观察，此若狂象心，紧系念法柱，已拴未失否？精进习定者，刹那勿弛散，念念恒伺察，吾意何所之？"又云："合掌诚劝请，欲护自心者，致力恒守护，正念与正知。"

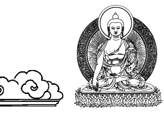
独自住于自己的室内等处时也不该有放逸的行为，要以正知正念摄持，因为佛陀等具有天眼者可无碍彻见。《入行论》中云："佛及菩萨众，无碍见一切，故吾诸言行，必现彼等前。如是思维已，则生惭敬畏。"

此外，在何时何地，自心都不应散于善法之外。《入行论》中又云："无义众闲谈，诸多赏心剧，临彼境界时，当断意贪著。无义掘挖割，于地绘图时，当忆如来教，惧罪舍彼行。若身欲移动，或口欲出言，应先观自心，安稳



如理行。吾意正生贪，或欲嗔恨时，言行应暂止，如树安稳住。掉举与藐视，傲慢或骄矜，或欲评论他，或思伪与诈，或思勤自赞，或欲诋毁他，粗言并离间，如树应安住。或思名利敬，若欲差仆役，若欲人侍奉，如树应安住。欲削弃他利，或欲图己利，因是欲语时，如树应安住。不耐懒与惧，无耻言无义，亲友爱若生，如树应安住。应观此染污，好行无义心，知已当对治，坚持守此意。深信极肯定，坚稳恭有礼，知惭畏因果，寂静勤予乐。愚稚意不合，心且莫生厌，彼乃惑所生，思已应怀慈。为自及有情，利行不犯罪，更以幻化观，恒常守此意。吾当再三思：历劫得暇满，故应持此心，不动如须弥。”也就是说，刹那也不应散乱于非法方面今生的琐事上。

如若长期依止上师，承蒙上师教诫，那么畏惧恶趣等轮回痛苦，恭敬精进修行自己所实修的法门，具有正知正念不放逸，许多善法自然而然会生起。《入行论》中云：“恒随上师尊，堪布赐开示，畏敬有缘者，恒易生正念。”如是行持善法，恭敬上师也是说要无有偏袒、一视同仁、不求名利、无有谄诳、表里如一，时时



刻刻都要这样去做，因为依此无有差别可圆满自之资粮、净除罪障。

戊十、以三喜恭敬承侍上师：

自己有财供上师，身语恭敬而承侍，
舍弃今生修正法，三门当令师欢喜。

上等者勤修正法；中等者身语承侍；下等者财物供养，必须做到其中之一。

戊十一、以方便遣除他人之诽谤：

他人谤师制止之，若无能力则思德，
覆耳悲心行饶益，莫依止彼勿交谈。

有些人恶语诽谤上师时，应当想方设法加以制止，如果自己无有能力制止，则一边思维上师的功德一边用手指捂住耳朵（不听他的胡言乱语），切莫与该人亲密交往、畅所欲言。《生甘露续》中云："若谤金刚阿阇黎，则以寂猛方式止，倘若无有此能力，当以正念捂自耳，莫依于彼勿交谈。倘若与彼互来往，则堕恶趣受煎熬。"

戊十二、如是而行之功德：

以此生世成利益，值遇正士闻正法，
地道等持陀罗尼，种种功德皆圆满，
摆设寂乐之喜宴，款待一切诸众生。







《华严经》中云：“嗟！善男子，如是依止承侍善知识，则恒常回忆宿世，利乐众生，值遇诸善知识，成就地道殊胜等持。”

甲四（远离恶友等）分六：一、弃离恶知识之教言；二、弃离造罪之亲友；三、弃离恶知识恶友之利益；四、彼等之摄义；五、依止善知识善友之教言；六、如理依止之功德。

乙一、弃离恶知识之教言：

分别教诫弃离恶知识及恶友、谨依善知识：

诸恶知识皆应舍，不具前述之功德，
破戒誓言过失多，慧浅寡闻无慈悲，
懈怠愚昧我慢高，暴躁粗野烦恼重，
贪图今生弃后世，传法亦成非法因，
如不净堆之上师，所化蛆眷多亦弃，
引信士入歧恶道，欲解脱者永莫依。

如是恶知识，破别解脱戒及誓言，无有悲心，孤陋寡闻，懒惰懈怠，贡高我慢，暴躁易怒，五毒粗重，贪求现世之眷属资具、名闻利养，虽居静处却降下愦闹烦恼之雨，弃离后世，诽谤其他正法与补特伽罗，虽然口中似乎是在传讲正法，外表也显得无所不知，但实际上对自心无利，因而言行不一的此等上师即是所谓的旁生种姓之上师。如肮脏粪堆般的恶知识即



使聚集众多如蛆般的眷属，也只能将求解脱的信士引入恶趣，所以一定要远远弃离这样的恶知识。《佛藏经》中云：“世间之敌仅仅掠夺生命，只是令己舍弃身体而已，不能令堕恶趣。而入邪道之愚痴者将寻求善妙者引入地狱千劫。何以故？因其行持有实有相之法，宣说颠倒之法故。如此宣说令入邪道之法，则较断一切众生之命罪还重。”

乙二、弃离造罪之亲友：

附带教诫弃离恶友：

亦当弃离罪恶友，愈亲近彼愈增罪，
灭善降下烦恼雨，阻塞善道恶趣梯，
诽谤正士嗔白法，赞叹劣者依黑法，
赞扬同行不善者，恒时将其引入于，
邪道恶趣中之故，具慧眼者当远离。

若依止了增长罪业、恒造罪恶，而赞叹这些恶人，就会被远离善法的恶友引堕恶趣，所以必须弃离。《宝积经》中云：“所谓之恶友，即一切灭善造罪之人，切莫亲近，切莫依止，亦不应见。”又如颂云：“声闻勤利己，利自不利他，谁依摄财物，永不以法摄，佛说恶师友，彻底远离之。”





乙三、弃离恶知识恶友之利益：

不依止恶知识、弃离恶友之利益：

远离恶友恶知识，今来世乐成妙德，
获解脱道恒增善，永远不见恶劣者，
亲睹佛子中怙主，垂念自己赐加持。
安详而逝趋善趣，具彼不可思议德。

《般若八万颂》中云："须菩提，弃离恶友之功德不可思议，恒行善法，见诸善逝，安详而逝，转生善趣，生生世世不离菩提心，迅速现前无上真实圆满菩提果。"



乙四、彼等之摄义：

恒依正士与善友，以此增上诸善业，
灭尽罪惑止过患，成就增上决定胜，
现世安乐后得果，成人天师恒具义。

律典中也说："持梵净行者乃殊胜善友，若依止之，则梵行究竟，善根增上，成解脱因故，诸长者当身恭敬、言敬语、以畏惧心依止。"《念法经》中云："若依止善友，则具清净正知正念且能圆满善根。"

乙五、依止善知识善友之教言：

依止善友善知识，增长善资得乐果，
不畏三有利乐广，成办无量众二利。




上师乃是佛化身，浊世如是而显现，
乃至菩提果之间，当依一切善知识。

《殊胜等持经》中云：“善男子，末法之时，我化现为善知识宣说此等持法门，是故善知识乃汝之本师，直至菩提果之间当依止且恭敬承侍。”

乙六、如理依止之功德：

以此无偏现净观，圆满慈悲菩提心，
增上证悟与觉受，利他无量成所愿。

《顶宝龙王请问经》中云：“天子，若依止善知识恭敬承侍，则亲睹一切如来清净刹土，获得殊胜大悲等持，不离智慧波罗蜜多，令一切众生圆满成熟，圆满一切所愿。”

以上已宣说了上师之法相。

甲五（了知取舍后求悉地之理）分五：一、修法；二、念诵法；三、修事业；四、分别之次第；五、功德。

乙一、修法：

了知依止善知识弃离恶知识之理后，于此宣说求悉地之理：

如何观修祈祷师？平时积资与净障，
昼观顶上夜心间，随信观想根本师，
本尊空行无有别，相好严饰四周绕，







空行勇士传承师，意供祈求赐所欲。

《聚宝续》中云：“何者十万劫，观十万本尊，不如稍忆师，此福无边际。”大阿阇黎莲花生大士将此义结合窍诀这样说道：我们平时祈祷时，应将上师、本尊、空行三者合在一起修持，因上师赐加持、本尊赐殊胜悉地、空行遣除违缘并且主要成就共同悉地。修法：坐在舒适坐垫上，皈依、发心后于空性中，将自己明然观为有信心的一位本尊，顶上狮子日月莲花上，根本上师威光灿然，周围由有法缘的传承上师所环绕，空行如云密布。如若喜欢广修，则迎请智慧尊者后作意幻供养、赞颂、忏悔罪业等。如若略修，则念诵三遍：“上师佛陀如意宝，本尊空行圣众前，恭敬顶礼而皈依，供养内外密供品，分别忏悔一切罪，随喜一切诸善根，祈请广转妙法轮，祈求不入涅槃地，愿赐共不共悉地，遣除魔障及违缘，成就圆满菩提果。”

乙二、念诵法：

师名梵语前加嗡，后加啊吽所欲咒。

嗡啊吽（ཨོཾ་ཨཱཿཧཱུྃ）三个字是诸佛身语意本来任运自成之心咒，因此加在上师名字中念诵，若能将上师尊名翻译成梵语，则译成梵语；若

不能，则加在原来名字中再加上所欲咒即可。所欲咒：息业加“现当革热耶索哈（ཤཱནྟིཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；增业加“毕张革热耶索哈（པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；怀业加“瓦相革热耶索哈（ཝ་ཤཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）”；诛业加“玛日阿雅啪达（མཱ་ར་ཡ་ཕཊ།）”。例如，嗡班则革热班玛萨巴瓦啊吽噶尔玛毕张革热耶索哈（ཨོཾ་བཛྲ་གུ་རུ་པདྨ་སམྦྷ་ཝ་ཨཱཿཧཱུྃ་ཀརྨ་པུཥྚིཾ་ཀུ་རུ་ཡེ་སྭཱ་ཧཱ།）。也就是说，修上师时，外修寂尊，内修寂猛尊，密修猛尊，即是化身、报身、法身之意趣。

乙三（修事业）分三[25]：一、息增怀诛业；二、结行；三、验相。

丙一、息增怀诛业：

现在宣说四种事业：

若息病魔罪障者，观想一切放白光，
遣除违缘获悉地；欲增寿德财等者，
观想黄光降愿雨；自在招引等怀业，
观想红光铁钩状；制伏魔障等诛业，
观想青光兵刃状，千辐火聚轮摧之。

[25] 此处科判与藏文原文稍有不同，藏文中将息增怀诛分开，共分七，翻译时将四事业合在一起，将第五所缘与第六后行合为结行。

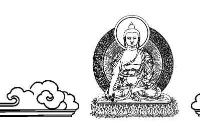


修息业时，观想上师身体等一切均为白色，放射白光，所有光的顶端出现上师本尊遍布虚空，并发出轰隆隆的咒语声，以此获得息业的悉地；修增业时，观想一切为黄色，降下财寿等所欲之雨，遍满自己的住处、身体，并念诵咒语；修怀业时，无论做怀柔、勾召或招引等任何怀业之事，观想一切现为红色，皆放射铁钩状红色光芒，引来所欲后置于自己足下，同时念诵咒语；若出现魔障等违缘，则观想一切成青色放出兵刃状光芒，以此粉碎邪魔，又观想住处与虚空界具有千辐的火轮，交织着向下旋转，勾召作害者，并将之粉身碎骨。

丙二、结行：

咒声震动三千界，成就事业修生次。
后摄无缘空性中，须臾放松作回向。

观想：诵咒声轰轰隆隆，传遍一切世间界，分别观修四种事业的生起次第。之后，现有一切摄为本尊相，本尊相又摄入自身，自己摄入顶上之上师，于无缘中安住。此修法等同圆满次第，最后将善根回向菩提。夜晚于心间观想上师后入眠，这样有着使迷乱梦境现为光明的必要。



丙三、验相：

现各事业之验相，此乃深道大乐海。

息灭病魔之验相：梦见自己沐浴、流脓血、身着白衣等；增上寿命之验相：梦到含生成群、庄稼丰收、日月升起等；增上受用之验相：梦到降下宝雨、收割庄稼等；怀业自在之验相：梦到众人向自己顶礼、赞颂等；降伏邪魔之验相：梦到燃起大火、杀害炖煮众生、作战胜利等。（除以上梦相之外）会出现相应各事业的真实验相。

乙四（分别之次第）分六：一、观想对境；二、净增甘露；三、布施宾客；四、作回向；五、宣说功德；六、修持之理。

丙一、观想对境：

赎死除障病魔时，观想前方虚空中，
无畏狮子莲座上，师佛无二露笑容，
为诸菩萨与空行，传承上师所围绕，
六道债主可怜客，三世父母轮回众。

出现死相、魔障或严重疾病时，观想前方虚空中与佛陀无二无别的上师由传承上师、空行众所围绕，其前下方是六道众生父母、作害的魔障。迎请智慧尊者，略作供养、赞叹。







丙二、净增甘露：

自心吽字顶上出，变勇士持剑托巴，
自身眉间处斩断，置于骷髅三灶上，
内满身骨及血肉，降下甘露下燃火，
托巴量等三千界，其中充满妙甘露。

观想：自己心间的白色吽字从头顶上出来，变成白色勇士，右手持宝剑，左手持托巴，用剑从自身的眉间斩断，将尸体放于骷髅的三灶架上，托巴内充满了尸体的血肉，托巴下的“样（ཡཾ）”字吹风，“让（རཾ）”字燃火，从而煮沸托巴内之物。从托巴上降下甘露流，量等同三千世界。

丙三、布施宾客：

自心化现无数士，同持托巴洒甘露，
令诸息客皆欢喜，圆满资粮获悉地，
有客生喜还宿债，令害魔喜遣违缘，
诸众皆大欢喜光，照射自己去疾病，
魔障逆缘皆灭尽，赎死获得二成就。

观想：自己化现出与宾客数量相同的勇士，同时供养一切宾客，令彼等心生欢喜。即令诸佛等出世间圣众欣喜，从而获得二悉地；令六道众生欢喜而还清宿债；令魔众生喜而遣除违




缘。令诸宾客皆大欢喜之光芒照射自己而止息一切病魔违缘。

丙四、作回向：

不缘诸法自心性，不缘心性法界性，
如是境界中安住，如幻性中作回向。

如是了知宾客、施物、施者皆是自心，而在诸法除了自己离戏之心性外别无其他的境界中入定，在如幻的境界中作回向。

丙五、宣说功德：

修革萨里的瑜伽士圆满一切内会供：

以此可除诸违缘，圆二资粮离二障，
心生无量加持悟，急生出离无我执，
现有现师成所愿，安乐临终现光明，
中阴解脱圆二利，故当勤修上师法。

此外，修上师法还有酬补一切失戒，成为供养诸位天尊之最，断除我执、常执，从而毁灭二取迷乱等无量功德。

丙六、修持之理：

佛说刹那念上师，胜过劫修生次第。

《菩提轮游舞续》中云：“佛陀说忆念，怙主上师福，胜过俱胝劫，观修天尊身。”







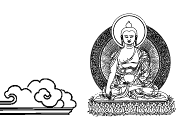
乙五（功德）分二：一、上师为一切功德之本故当依师；二、追循前辈依师之教言。

丙一、上师为一切功德之本故当依师：

欲求遍德云聚中，所降三地甘露者，

当依胜德财根本，具信大悲上师尊。

遍知佛陀是自他功德的尊主，即佛陀以无死正法财富救度众生，想要获得拥有无量功德佛陀利乐云聚中所降下的滋润三界之三转法轮妙雨者，应当依止善知识。《中般若经》中云："须菩提，欲得遍知佛果者当依善知识。"《般若摄颂》中云："当恒依止智者师，智者德由彼生故。"三转法轮：出有坏佛陀成佛后于七七四十九日未说法。于第一七日中跏趺不解，第二七日中凝视菩提树，第三七日踏遍赡部洲，第四七日踏遍三千界，第五七日诣至龙宫，第六七日在柱吉林园中说道："深寂离戏光明无为法，犹如甘露法性我已获，纵于谁说亦不能证悟，是故默然独自住林中。"如是默然安住。当时，嘎滚与桑波商人供养世尊蜂蜜，佛无有器具接纳。尔时，四大天王同时各献一石钵。佛陀仅诵吉祥文作加持。第七七日后经梵天、帝释祈请，前往鹿野苑为五比丘及八万天子转了四谛法轮。尔后于灵鹫山为来自十方的菩萨、



四众眷属以及天龙等转了无相法轮。之后赴往天界、龙宫、明月城等处为种种不定眷属转了了义法轮。转三次法轮之密意是相应下根、中根、上根或初学者、入道者、悟实义者以能说三藏、所说三学之方式而次第宣说的。尽管有些阿阇黎说三次法轮是同时转的，只是在不同众生前如是次第显现而已。但我认为：根据诸经藏中所说的各个年数，此种说法不妥。《大毗婆沙论》中说佛住世八十年；《涅槃经》中说是八十年零三个月。如《八大佛塔经》中云："珍达祈请三月后，世尊涅槃礼彼塔。"也有些阿阇黎说佛住世八十二年。诸多佛经中所说八十年零三个月一定是确切的。关于佛住世八十年，《大毗婆沙论》中云："说法处[26]及广严城，具白地城与天界，雪巴瘦与憍赏弥，静处以及佛塔山，竹林园及具怨城，及与迦毗罗卫城，佛于此等圣地处，各自安住一年矣。炽热山洞住二年，妙药林中住三载，王舍城中住五年，苦行之处住六年，舍卫城住廿三年，王宫中住廿九年，如是佛寿为八十，尔后能仁趋涅槃。遍知世尊所安住，此等福德之圣地，当以身语意

[26] 说法处是否该指鹿野苑与灵鹫山两处，各住一年，合计两年，请观察。



三门，恒时恭敬而顶礼。”

丙二、追循前辈依师之教言：

为息无始时串习，以及意惑而求法，
如同善财与常啼，无有厌倦依上师。

在还没有达到业和烦恼不复存在之前，为了消灭这些业和烦恼，必须依止胜过自己的善知识，因为还需要获得殊胜功德。应当像善财童子与常啼菩萨那样寻求正法，乐源城商主坚财之子善财走遍南方一带，恒时求法，依止了文殊童子等授记并加持的五十四位上师和随学彼等教言的五十四位上师，共一百零八位上师。常啼菩萨寻求智慧波罗蜜多法门时卖身，后与商主之女等五百随从一同乘车前往东方香积城，供养承侍法胜菩萨而求得正法。

甲六、回向本品善根：

将本品善根回向于一切众生：

利行帝释琵琶声，善缘者闻成甘露，
令依恶师邪道者，疲劳心性今休息。

关于利行，《莲聚经》中云：“以布施招手，以爱语迎接，以同事安抚，以利行劝谏。”依止真实善知识中所得之善说，胜过帝释所弹奏的



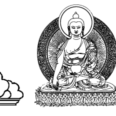
琵琶声之妙语。以此福德愿长久依止恶知识流转轮回中疲惫不堪的一切众生于人天导师出有坏佛陀之乐园中，在如意云下得到休息。

祈愿因依颠倒恶知识，长久沉于三有众多罪，
自心疲惫不堪诸有情，诣至大乐佛陀之尽地。
愿诸小乘根基心低劣，唯一自寻寂乐之道者，
悉皆追随佛子之足迹，趋入大乘圣道成佛果。
诸佛金身如同满月轮，人天群星之中极庄严，
利乐白光遣除惑恼热，愿诸众生获得彼功德。

大圆满心性休息中第五品
依止善知识释终







第六品　皈　依

一切大乘道之前行或基础皈依品分三：一、宣说入大乘道之方法；二、别说真实皈依；三、回向本品善根。

甲一、宣说入大乘道之方法：

要宣说趋入大乘道之次第前必须修学皈依的方法，因此承接刚刚讲的道理：

如是谨依上师后，当渐修学解脱道。

为什么要次第而趋入解脱道呢？因为顿超而趋入是不合理的。也就是说，没有生起下面道之功德，则无法获得上面功德，不次第而行，不能上进。《涅槃经》中云："犹如梯级般，我之甚深教，亦当渐勤修，渐次非顿超。犹如小孩童，体力次第增，此法亦如是，从初入次第，直至圆满间。"

甲二（别说真实皈依）分三：一、因皈依；二、果皈依；三、皈依之利益。

乙一（因皈依）分四：一、皈依之人[27]；二、皈依时间；三、皈依对境；四、真实皈依。

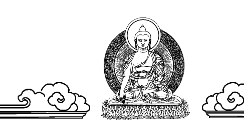
丙一、皈依之人：

诸道基础为皈依，诸小士夫畏恶趣，

[27] 人：指补特伽罗。







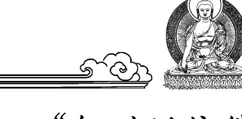
中士声缘畏三有，大士现见轮回苦，
不忍他苦畏寂乐，大乘佛子为众生，
皈依三因三意乐，平凡殊胜及无上。

未曾皈依者得不到戒体，如果没有以戒护持也就不具备正道，因此说，皈依是道之基础。《皈依七十颂》中云："众虽皆有戒，未皈依不得。"

皈依的补特伽罗种姓有三类，其中小士是指欲求轮回乐果、畏惧恶趣而皈依各自天尊或三宝，未入宗派的士夫，或者虽入宗派却是外道，或者佛教徒中虽信仰三宝却无入道能力者。《胜幢经》中云："处于畏惧恐怖者，多数依止山森林，寺院树木及佛塔，彼非主要皈依处，依止彼等皈依处，不能解脱大痛苦。"此中宣说了依止其他天尊欲求得乐。《毗奈耶经》中云："阿难白佛言：'婆罗门女由皈依而得善趣功德。'佛告阿难：'阿难，并非如是。寻求世间安乐者称为劣士，故当称颂真实解脱之功德。'"虽然皈依了三宝，但意乐如果不清净，则只能称为小士。

中士是指一切声闻缘觉种姓的众生，他们是因为畏惧轮回、渴求自利寂灭而皈依的。《胜





幢经》中云："何时皈依佛，正法及僧众，了知诸苦谛，根除诸集谛，修学诸道谛，趋涅槃灭谛。若以慧眼观，圣道之八支，既为主皈依，亦为胜皈依。依止彼依处，解脱一切苦。"

大士是指为利他众、畏惧寂乐而皈依的补特伽罗。《大解脱经》中云："为救渡堕入三有河中之彼等众生，断除寻求自我寂灭之念而皈依者称为胜士，又名胜商主。"

如是士夫定为三种是依照心力决定有三种类别而安立的。《菩提道灯论》中云："当知三士夫，即下中胜士，知彼等法相，此说各分类。何人依方便，仅为轮回乐，谋求自利者，知此为下士；弃离三有乐，断除诸罪业，唯求自寂灭，称之为中士；以悟自心苦，欲令他诸苦，真实皆灭尽，乃为殊胜士。"也就是说，小士夫中有以外道的清洁、不害众生及行持正法而趋入善趣的，也有以皈依内道三宝稍稍行善而趋入善趣的，无论是这两者中的哪一种都需要依靠随福德分的十善与四禅四无色定，如若不具备这些，就不能趋入善趣。此法在数论派等有些外道中也有，但并非所有的外道都具备。中士夫是声闻缘觉。大士夫是由经大乘道而出离。




丙二、皈依时间：

如是皈依的三种人为成就三果而皈依，以三种意乐而说为平凡、殊胜、无上。彼等所皈依的时间是怎样的呢？

时间亦随意乐转，小士后世乐果间；
中士暂时至死间，究竟声缘得果间；
胜士恒皈菩提间，获得无量智慧间。

平凡之士于成办所愿之间皈依各自的天尊，尤其是获得善趣之间，佛教中的小士也是如此；中士的声闻缘觉二者暂时于有生之年，究竟于获得阿罗汉之前皈依；大士直至菩提果间或者未得佛智之前恒时皈依。

丙三（皈依对境）分二：一、总说共不共皈依境；二、别说因皈依境。

丁一、总说共不共皈依境：

一切皈依境分二，共同因与不共果。
为因发誓因皈依，为果发誓果皈依，
显宗成就许他时，密宗成就今自心，
因相乘中说此理，仅名相同乃部分。

皈依境分共同与不共两种。小士与中士二者之皈依对境为共同皈依境；大士之皈依对境为不共皈依境。为什么呢？因为小士夫片面趋入此法，中士夫的声闻缘觉将暂时的所依执为



殊胜皈依处。大乘皈依境在此之上，承认小士、中士未承认的佛之法身、大乘之法以及菩萨僧众。其中，因皈依是指得果的护送者；果皈依是指欲求自己的相续中真实成就果三宝。二者具有相同的仪轨与慈悲的助缘。《经庄严论》中云："求真而承诺，亦知依悲心。"因相乘承认在三大劫等之末际获得佛果而皈依，承认于自相续中获得究竟法身即是果皈依，在未得果之前将三宝视为道之护送者而皈依，即是作为所得果之因，称为因皈依。

暂时承认三宝为所依，究竟是唯一佛法身。除此之外，色身、教法、证法、菩萨相续中的四道、声闻缘觉相续中的二灭[28]、小乘沙门四果以及入大乘住十地的诸位菩萨都非为皈依处，因为彼等是世俗谛故、尚未究竟故、自己仍需依他缘而得解脱故。也就是说，色身是世俗谛之故；除佛所证之法外，菩萨与声缘相续所摄之证法也要通过勤修、进步，是无常法的缘故实属欺惑性；一切教法于见谛时必须舍弃；彼等僧众也畏惧自地之障及随眠烦恼而需要皈依佛陀，具有畏惧之故。《宝性论》中云："弃

[28] 二灭：指抉择灭与非抉择灭。

故欺惑故，无故具畏故，二法与圣众，非究竟皈处。”那么应当皈依何者呢？皈依究竟之法身。彼论又云：“皈处唯一佛，能仁法身故，僧亦彼究竟。”《报恩经》中云：“具寿阿难请问世尊：‘皈依何佛？’佛告阿难：‘皈依法身而非色身。’又问：‘皈依何法？’告曰：‘皈依胜义之法而非世俗之法。’复问：‘皈依何僧？’告曰：‘皈依胜义僧众而非世俗僧众。’”

总而言之，欲求自相续获得三菩提而立誓为了这一目的实修彼义并皈依是因之究竟所修，所以称为果皈依。于他相续前出世的释迦牟尼佛等佛陀宣说了救护怖畏之道，因而作为导师；佛陀所开示的正法作为至无畏地之道，因而作为道；僧众作为救脱怖畏的助伴。由于作为自相续成就三宝之因的缘故安立为因皈依境，因为与僧众一同实修佛所宣说的正法，就可以解脱怖畏。

对此，有些上师说：“大乘承认，唯有自己将获得的法身佛才能救护疾病恐怖与细微障碍的畏惧，所以安立为果皈依；缘觉乘自相续未来将自然而然生起证悟之法宝为果，所以也安立为果皈依；声闻乘自相续未来所得阿罗汉之





僧众也安立为果皈依。因此，三乘各自果皈依是分开的。”

此种说法也稍不合理，因为大乘承认成佛时三身在三宝的自性中是一体的，所以其果皈依无有法宝与僧宝难道应理吗？声闻缘觉承认二灭为究竟所得，他们自宗的胜义谛实际上成了无上菩提法身，因此声闻怎么无有佛宝与法宝呢？缘觉也承认灭法为法性菩提，而并未承认灭法是唯一的法宝。所以说，承认果皈依为各自之菩提。即想获得究竟三宝为果皈依。《圣雄长者请问经》中云：“皈依佛即欲得佛果；皈依法即欲得正法；皈依僧即欲得僧位。”为成办自他二利而皈依三宝是因皈依。《宝积经》中云：“诸比丘，汝等无论为自他，抑或为解脱怖畏、损害而皈依，汝之愿望皆能圆满。”

密宗承认的是，想现见自己具有、现在就固有存在着的心性正等觉，进而皈依共同对境——外三宝，于不共对境——自己本来无生之心性中入定。也就是承认各自坛城之三宝与共同教之三宝二者为因皈依境，对此皈依即是因皈依；承认本来具有三宝的自心自然本智为果皈依境，于无取无舍无改无染的境界中一缘安

住为果皈依。虽然从依外三宝而得果的角度而许为果皈依、从为得果而承认皈依境的角度而许为因皈依也可以，但最主要的是，于自己本来任运自成具足果三宝而不希求其他之境为果皈依，为了修行的顺缘而皈依外三宝安立为因皈依。《成智论》中云：“三坛城主尊，承认他圆满，何故希求因，证光明心性，三坛城本性，一缘而入定，真说果之最。”

此处认定三宝有两种，其中共同小乘中承认佛为殊胜化身；法为十二部契经之教法以及各自相续之道、等持等证法；僧众有凡夫僧众与圣者僧众两种，凡夫小僧为沙弥、沙弥尼及居士，是众生之福田故；大僧为具近圆戒者，即是说比丘大僧，四位比丘以上称为僧众；圣者僧众是预流果、一来果、不来果、阿罗汉向、阿罗汉果即正等觉。

大乘共称佛宝为具二清净、究竟圆满二利之三身自性，《宝性论》中云：“无为任运成，非依他缘证，具足智悲力，具足二利佛。”法宝之本体是不可言思的，自性为成佛之道或对治法，（法分义法与句法：）具相道与二灭之有相法为义法，句法为十二部契经。《宝性论》中云：





“无二无思念，依除之对治，何依何离贪，二谛有相法，二离贪为灭，及道谛所摄。”二灭是指以对治法去除前有之垢无有戏论的抉择灭与垢染或戏论，住于犹如虚空般无有自性之义中的非抉择灭；道为资粮道、加行道、见道、修道的证悟分；受持二谛之法相是指一切教法与证法。僧众是指重新现见心性光明之义住于十地的圣者。《宝性论》中云：“如所尽所义，智慧净见故，具慧不退众，具无上功德。”

不共金刚乘中各续部的观点各不相同。

事续与行续承认佛宝为三身或四身五智，或者清净法性、神变、加持之天尊、如来部、莲花部、金刚部所摄之报身以及寂猛装束大小坛城诸化身尊众；法宝即如前所说的一切法，尤其是各自共称之经论；僧宝指声闻、菩萨与持明僧众三者。

瑜伽续承认佛宝是三身或四身五智的清净法性，包括属于坛城中的诸部主尊金刚萨埵、珍宝部、莲花部、事业部、如来部五部所摄之三身寂猛相以及主尊、眷属、一多根本坛城、誓言、法、事业之坛城、四手印、一手印等次第即包括于大小坛城中的一切圣尊；关于法宝、



僧宝与刚刚讲的（事续、行续所许）相同。

大瑜伽续中承认佛宝是一切出有坏报身如来之身语意与金刚自性无别之主尊、眷属、一本尊、多本尊、圣聚、住于自成坛城密严刹土中的圣众以及从中示现的一切化身；法宝也是前面所说的一切法；与三宝无二无别之自性并具灿然相好者为无上僧宝。

为何称为宝呢?《宝性论》中云:“难得无垢染，具力世间饰，超胜性无变，是故称为宝。”总而言之，以六种相同点可以说明所谓的佛法僧三宝与珍宝相同。难得相同:若不是多生累劫中积累善根者不能值遇的缘故（二者相同）；无垢相同:因为随时随地都远离垢染的缘故（二者相同）；具力相同：具有六神通等不可思议功德力的缘故（二者相同）；成为世间之饰相同：作为众生善心之因的缘故（二者相同）；超胜相同:较人造珍宝殊胜作为相同点而超越世间的缘故（二者相同）；无变性相同：不以褒贬等而改变作为相同点，是无为法自性的缘故（二者相同）。

三种安立方式，《宝性论》中云:“依于佛法僧，三乘三事业，不同之信解，安立三皈依。”《宝性论释》中云:“对于为宣说本师功德、趋





入佛真实义之菩萨乘的补特伽罗，以及对佛殊胜事业有信解之人而言，佛为皈依处，是二足尊故；对于为利本师所说教法、自己随念甚深缘起法之缘觉乘补特伽罗，以及对法殊胜事业有信解者而言，法是皈依处，乃离贪之尊故；对于为宣说入佛法之僧众的功德随念从他人处所闻之法音而趋入声闻乘补特伽罗，以及对僧众殊胜事业有信解者而言，僧是皈依处，为诸众之尊故。”总之，暂时皈依处是三宝；究竟皈依处是唯一佛陀。《宝性论》中云：“胜义众皈处，唯一正等觉，具佛法身故，僧亦究竟佛。”因此正等觉是所求究竟义之果皈依。

丁二（别说因皈依境）分三：一、总说三宝；二、别说法宝；三、别说僧宝。

戊一、总说三宝：

谁具救护之能力，自己应向其请求救脱怖畏之法，并且通过仪轨而承诺，为宣其自性而说：

有缘三宝因皈依，佛为化身相好饰，
一切佛法分二种，其中无垢之教法，
种种经续乘之义，显现经典文字相。

此观点是大小乘共同承认的。尤其是成为





皈依境的三宝，佛宝是指相好严饰的化身、法身以及报身；法是指一切经续之句义以及一切文字相。（僧宝下文有广说，故于此未述。）

戊二（别说法宝）分二：一、教法；二、证法。

己一（教法）分二：一、因法；二、果法。

庚一、因法：

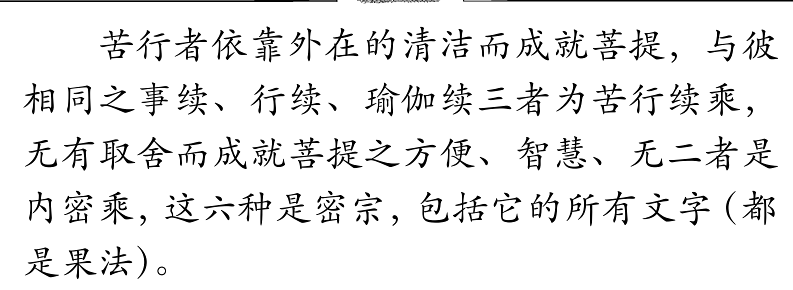
彼即经典十二部，契经应颂记讽诵，
自说因缘喻本事，本生方广希论议。

《月灯经》中云："契经、应颂、记别、讽诵、自说、因缘、譬喻、本事、本生、方广、希法、论议称为经部。"相同部分合在一起为契经；最初以散文的形式，最终将彼义集为颂词为应颂；佛陀等授记为记别；均是颂词为讽诵；劝诫闻法者而宣说之经为自说；以各自传记加持为譬喻；宣说宿世为本事；具有因及缘所说之经为因缘；无边广说为方广；生起信心的情节为本生；略说一义后再说其解释为论议；宣说稀有精华义为希法。

庚二、果法：

一切续部分六种，事行瑜伽苦行续，
智慧方便及无二，父续母续无二续，
即是内密大瑜伽，彼字书籍等果法。





苦行者依靠外在的清洁而成就菩提，与彼相同之事续、行续、瑜伽续三者为苦行续乘，无有取舍而成就菩提之方便、智慧、无二者是内密乘，这六种是密宗，包括它的所有文字（都是果法）。

己二（证法）分四：一、总说生圆次第；二、宣说十地；三、别说内外分类；四、宣说五道。

庚一、总说生圆次第：

证法地道生圆次，总持等持智慧藏，
以及大悲之自性，种种方便无有量。

庚二、宣说十地：

十地极喜无垢地，发光焰慧难胜地，
现前远行不动地，善慧及与法云地。

《般若八千颂广释》中云：“成为功德所依故称为地。”地有声闻、缘觉八地与菩萨十地。关于声缘八地，《中般若经》中云：“种姓地、第八地、现见地、微薄地、离贪地、已证地、声闻地、缘觉地，此等称为声缘八地。”《宝鬘论》中云：“声闻乘中说，声闻有八地，如是大乘中，菩萨之十地。”

声缘八地：最初的加行道，分别决定三乘的缘故为种姓地。对此，《般若二万颂》中云：

“现见白法地。”是说现见白法。预流向是从阿罗汉向前数第八位，故为第八地；脱离欲界一地、四色禅定、四无色之九种垢染故为阿罗汉，现见沙门第一果预流果为现见地；欲界之修断多数已微薄，是故一来果称为微薄地；在欲界远离贪欲是无来果，称为离贪地；已经完成所作的缘故，阿罗汉称为已证地；一来向、无来向、阿罗汉向三地称为声闻地，依此有理解不同乘的必要。缘觉地是说缘觉四果地。

于此宣说菩萨十地，因为能脱离无量的见断、修断烦恼魔的畏惧并且越来越向上，故称为地。《经庄严论》中云：“无量魔畏无，无量彼等中，后后趋上故，彼等许为地[29]。”观待遣除悭吝等十种违品而安立为十地。《华严经》中云：“嗟！诸佛子，为清净十地之十种违品而详细分为十度。一地以行布施度为主，其余诸度并非完全不修……”到智度之间以此类推。所谓十度，《辨中边论》中云：“十波罗密多，谓施戒安忍，精进定般若，方便愿力智。”十地的十种所断依次是悭吝、破戒、嗔恨、懈怠、散乱、愚痴、不具方便、力障、不成所愿以及所

[29] 唐译：数数数无畏，复以地为名。







知障十者。观待断除彼等而分为十地。

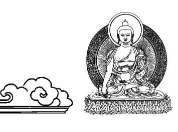
其中第一极喜地，《经庄严论》中云：“趋近证菩提，见成众生利，极其生欢喜，故称极喜地[30]。”《宝鬘论》中云：“第一极喜地，菩萨欢喜故，已断除三结，生于佛种族。彼之异熟成，施度最殊胜，震动百世界，成为赡洲王。”

一地菩萨能在一刹那间面见一百尊佛；了达百佛加持；示现一百化身；显示一百劫；彻见前后百世；入出百种等持；成熟一百众生；震动一百刹土；照亮一百刹土；开启百种法门；示现一百自身；每一身体都由一百圆满眷属所围绕；受生为南赡部洲之王。

第二离垢地，《经庄严论》中云：“离破戒垢故，称为离垢地[31]。”《宝鬘论》中云：“二地名离垢，身语意十业，纤尘不染故，自守彼等故。彼之异熟果，戒度最殊胜，成为七宝主，利生转轮王。”二地菩萨不造十不善业，行持十善法，刹那间获得千数的十二种功德（即刹那间面见千尊佛陀……），成为四洲转轮王。

第三发光地，《经庄严论》中云：“能放法

[30] 唐译：见真见利物，此处得欢喜。
[31] 唐译：出犯出异心，是名离垢地。



大光，故称发光地[32]。”《宝鬘论》中云：“三地名发光，智放寂光故，禅定神通起，永尽贪嗔故。彼之异熟果，胜行忍精进，明智大天王，遣除欲贪者。”三地菩萨有十二种十万数的功德，投生为帝释天王。

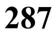
第四焰慧地，《经庄严论》中云：“菩提同分法，具如烈火光，四地焚二取，故称焰慧地[33]。”《宝鬘论》中云：“第四名焰慧，放正智光故，一切菩提分，尤为修行故。彼之异熟果，离诤之天王，萨迦耶见生，尽毁乃智者。”四地菩萨获得十二种百万数的功德，转生为夜摩天王。

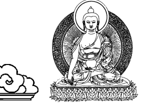
第五难胜地，《经庄严论》中云：“成熟诸众生，亦护自心故，具慧者难行，故称难胜地[34]。”《宝鬘论》中云：“第五名难行，诸魔难胜故，善知圣谛等，微细深义故。彼异熟感成，兜率之天王，能除诸外宗，烦恼恶见处。”五地菩萨有十二种千万数的功德，作兜率天王。

第六现前地，《经庄严论》中云：“依于慧

[32] 唐译：求法持法力，作明故名明。
[33] 唐译：惑障智障薪，能烧是焰慧。
[34] 唐译：难退有二种，能退故难胜。







度已,尔后即现前,轮回涅槃故,称为现前地[35]。”《宝鬘论》中云:“第六名现前,现前佛法故,修习止观已,得灭增上故。彼异熟感成,化乐之天王。”六地菩萨获得十二种十万俱胝数的功德,作化乐天王。

第七远行地,《经庄严论》中云:“与行一道系,故许远行地[36]。”《宝鬘论》中云:“第七名远行,数具远行故,刹那刹那间,入于灭定故。彼之异熟成,他化之天王。”七地菩萨有十二种十万俱胝那由他数的功德,作他化自在天王。

第八不动地,《经庄严论》中云:“二想不动故,定称不动地[37]。”《宝鬘论》中云:“第八童子地,不动无念故,不动身语意,行境不可思。异熟果感得,一千梵天主。”八地菩萨能面见等同十万大千世界微尘数的佛陀……

第九善慧地,《经庄严论》中云:“无碍解妙慧,称之善慧地[38]。”《宝鬘论》中云:“第九名善慧,犹如王太子,因得无碍解,此地慧善

[35] 唐译:不住二法观,恒现名现前。
[36] 唐译:杂道邻一道,远去名远行。
[37] 唐译:相想无相想,动无不动地。
[38] 唐译:四辩智力巧,说善称善慧。







妙。彼之异熟成，二千界梵主，有情心疑问，罗汉不可夺。”九地菩萨现见等同成无数大千世界微尘数的佛陀等。

第十法云地，《经庄严论》中云：“如云之二法，遍空称法云[39]。”《宝鬘论》中云：“第十名法云，降妙法雨故，菩萨蒙佛陀，光明灌顶故。彼之异熟成，净居之天王，无量智境主，殊胜大自在。”十地菩萨刹那刹那可亲睹等同不可言说微尘数之所有最极微的佛刹……共有十二种功德。

此外，一地菩萨证悟心性光明藏遍布一切众生而生起自他平等之菩提心。二地菩萨证悟一切所知之最而精进净除如来藏之垢。三地菩萨证悟闻法为法界之顺缘，纵然三千世界变成一大火焰也越过而闻法。四地菩萨证悟无我所执而断除贪法。五地菩萨证悟自他相续具有的如来藏无有差别而通过一切佛陀以十清净意乐平等。十清净即功德、学处、了知道与非道、三十七道法、能成熟众生，前二者各分身语意三种。六地菩萨证悟如来藏自性清净而遣除取舍轮涅的一切执著。七地菩萨证悟如来藏无异

[39] 唐译：二门如云遍，雨法名法云。







而遣除一切相执。八地菩萨证悟如来藏无有功过增减而生起极其清净殊胜之无生法忍。九地菩萨证悟本来佛性中具有四无碍解而获得智慧自在。十地菩萨证悟如来藏是圆满事业之来源而获得四种自在。

关于四种自在，《辨中边论》中云："遍行最胜义，等流殊胜义，一切无执义，相续无异义，（无净无染义，种种法无别，）无增无减义，四种自在处。"何为四种自在？《经庄严论》中云："意能取分别，转为无分别，净刹事业智，即为四自在。不动等三地，具此四自在，八地二自在，余地各许一[40]。"意思是说，染污意转依而获得无分别自在；五根识能取转依而获得清净刹土自在，八地菩萨具此二自在；意识转依而获得四无碍解、事业圆满自在，能成熟众生相续，九地菩萨具此自在；十地时分别念意识之现基阿赖耶识转依而获得大圆镜智自在，能够行持与佛行境相同之事业。《宝性论》中云："菩萨之后得，于诸世间界，救度诸有情，等同诸如来。"也就是说，八地平等性智、妙观

[40] 唐译：意受分别转，四种自在得，次第无分别，刹土智业故。应知后三地，说有四自在，不动地有二，余地各余一。

察智获得自在；九地成所作智获得自在；十地大圆镜智获得自在，十地末相续后际时，种种习气阿赖耶转依即刻获得法界性智自在，从而成佛。十地相续后际时得受大光明灌顶而成佛。《经庄严论》中云："修道末获得，大光明灌顶，得不为念毁，金刚喻定已，转依究竟地，无有诸障垢，住于任何处，但为利有情，获得遍知佛，无上之果位[41]。"即十地菩萨于十方佛前作大供养，即刻从十方诸佛白毫间放大光芒融入彼菩萨之头顶，使其获得金刚喻定等前所未得的十万阿僧祇数等持，清净细微所知障，从而成佛。

庚三、别说内外分类：

因乘安立学十地，十一化身普光地，
金刚乘以功德分，安立十二等无量。

因乘承认相续后际时以前的界性转为菩提，诸法皆为无垢分位及无分别智所摄。《成就三身论》中云："除无垢真如，无分别智外，诸佛前他法，少许亦无有。"无垢之身是指法性本性身；彼之自性无分别智慧力等相为法身；彼智慧

[41] 唐译：修位二僧祇，最后得受职，入彼金刚定，破诸分别尽。转依究竟净，成就一切种，住此所作事，但为利群生。



于十地菩萨前所现相好严饰之相为报身；彼智慧于所化众生前随机所现之相为化身；彼智慧乃至轮回未空前，不间断任运利益他众为事业。

本性身：《现观庄严论》中云："能仁自性身，得诸无漏法，一切种清净，彼自性为相。"

法身：《现观庄严论》中云："顺菩提分法，无量及解脱，九次第等至，十遍处自体。最为殊胜处，差别有八种，无诤与愿智，神通无碍解，四一切清净，十自在十力，四种无所畏，及三种不护，并三种念住，无忘失法性，永害诸随眠，大悲诸众生，唯佛不共法，说有十八种，及一切相智，说名为法身。"

宣说法身之二十一种无漏智：（一）菩提分三十七品：四念住、四正断、四神足、五根、五力、七菩提支、八正道。（二）四无量：慈无量、悲无量、喜无量、舍无量。（三）八解脱：有色观色定、无色观色定、净色定，以及空无边定、识无边定、无所有定、非想非非想定四无色定，定即是解脱，再加上灭尽定。（四）九等至：四禅、四无色定与灭尽定。（五）十遍处：观地水火风、青黄白赤四显色、空无边及识无边。（六）八胜处：以内有色想观外色小胜处，

以内有色想观外色大胜处，以内无色想观外色小胜处，以内无色想观外色大胜处，为形色四胜处；现见唯以内无色想观蓝黄红白四种（成就光明）。共八种处。（七）遣除他相续之烦恼故为无染等持。（八）一切事业任运自成故为愿智。（九）六通：神变通、天耳通、他心通、宿命通、现行而生之天眼通、漏尽通。（十）四无碍解：义无碍解、词无碍解、法无碍解、辩无碍解。（十一）四净：身净、缘净、心净、智净。（十二）十自在：命自在、心自在、资具自在、业自在、受生自在、解自在、愿自在、神力自在、法自在、智自在。（十三）十力：知处非处智力、知业报智力、知种种解智力、知种种界智力、知根胜劣智力、知遍趣行智力、知静虑解脱等持等至智力、知宿住随念智力、知死生智力和知漏尽智力。（十四）四无畏：正等觉无畏、漏永尽无畏、说障法无畏和说出离道无畏。（十五）三无护：身语意之诸行不想颠倒隐瞒。（十六）三念住：于恭敬听受所说法者，不以为喜之心念住；于不敬听受所说法者，不以为怒之心念住；于听及不听二者，不以喜怒之心念住。（十七）不忘利益众生。（十八）摧毁一





切习气之垢。（十九）具饶益一切有情之大悲。（二十）佛十八不共法：如来无有误失、无卒暴音、无忘失念、无不定心、无种种想、无不择舍、志欲无退、正勤无退、念无退、慧无退、等持无退、解脱无退、一切身业智为前导随智而转、一切语业智为前导随智而转、一切意业智为前导随智而转、于过去世无著无碍智、于未来世无著无碍智、于现在世无著无碍智，共为十八种。（二十一）一切种智。

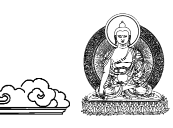
报身：《现观庄严论》中云："说三十二相，八十随好性，受用大乘故，名佛受用身。"详细内容在下文有讲述。

化身：《现观庄严论》中云："若乃至三有，于众生平等，作种种利益，佛化身无断。"《经庄严论》中云："工巧及受生，以及大菩提，胜菩提化身，解脱大方便[42]。"

事业：《经庄严论》中云："轮回未空前，事业不间断。"

密乘中说：在十一地之上，还有十二莲花地，在菩萨面前不现，而唯有遍知佛陀前大受用身无一无多恒时任运自成。也有些人说：在

[42] 唐译：工巧及出生，得道般涅槃，示此大方便，令他得解脱。



十二地之上，还有十三金刚持地，它是遍空大乐离戏之法身所周遍。有些论中说“十四大乐地、十五等持地、十六上智地”等，虽说无量无数，然而这些都与普光地是一本体，只是从不同的反体分出的。其他论中对三身五智之法相分开加以分析。

庚四、宣说五道：

资粮加行与见道，修道无学之五道，

二次第等深心境，妙法日具无垢光。

初学者入门的资粮道与加行道随抉择分法是胜解地即凡夫之二道；见道与修道是圣者有学道，圣者在这二道中断除见断与修断并精进修持；无学道是无与伦比、究竟唯一之地。彼等地中的总持、等持等甚深心智之境的一切法，即是此处所说的法宝。此外，所谓的无学道为正法、助缘为僧众、本师为佛陀是从不同方面而言的，此中可包括相同、不同究竟暂时的一切三宝。

戊三、别说僧宝：

僧宝是助缘的所依：

声缘佛子为外僧，空行密众为内僧。

声闻缘觉之预流等四果与住于十地之间的



菩萨为外僧众；空行众、力行众、密咒者、事业者、金刚部、珍宝部、莲花部、事业部以及如来部所摄之出世间圣众和住于大手印持明、长寿持明、任运持明地的诸阿阇黎即是内僧众。

这里的持明有四种分类，即异熟持明、长寿持明、大手印持明与任运持明。

异熟持明：资粮道与加行道中通过修生圆次第，虽然身体平凡存在，但心已成为本尊身。《广幻网续》中云："如秤星秤杆，速获大手印，相圆满具力。"这里的秤星是指身体，秤杆是指心获得大手印。又如同印模与泥像。倘若此人没有获得胜法位就离开了人世，则将于中阴获得大手印持明果位，舍弃身体时心已成熟为本尊身之故。《业次第论》中云："一多本尊之瑜伽，所示之地抑得彼，六月十六依修时，未成金刚身之前，力微缘愿薄弱故，生分别念身住世，觉性趋至金刚持。"如果已经得到胜法位就已真实获得长寿持明果位。《业次第论》中云："倘若诸缘未断绝，此即获得金刚身。"

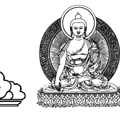
长寿持明：究竟胜法位以后，因获得金刚身而无生无死，心得见道。《业次第论》中云："究竟趋入现见义，修行资粮之成就，身界生

处有漏尽，成金刚身寿持明，所见之法定涅槃，不舍身体至佛地，远离诸畏神变圆。”也就是说，获得长寿持明者的身体住于胜法位，《密藏续》中云：“虽持人与天，梵天清净身，然住殊胜地。”彼之化身与功德皆等同于一地菩萨。

大手印持明是从二地到十地间的住修道九地者，即身体现为坛城（本尊的）形相，心已净除九垢具有无相智慧。《业次第论》中云：“自心大手印，以修现前身，具共胜相好，第二报身者，大手印持明，金刚轮宝珠，莲花与宝剑。”即二地、三地、四地、五地称为金刚持明，因为以如金刚般的证悟摧毁自地之障。六地主要行持智慧度，并转法轮，所以称为轮宝持明。七地善巧方便如同宝轮，因此也称为宝轮持明。八地获得无分别智慧宝自在，所以称为宝珠持明。九地以无贪修行刹土、行持事业故称为莲花持明。十地圆满而行利众事业，因此称为宝剑持明。

任运持明是指佛地。《业次第论》中云：“较前力圆满，如说净垢染，佛之三智慧，任运持明者。”有些阿阇黎认为一地至七地之间是大手印持明，任运持明在三清净地。但这是因





为他们尚未懂得圣教密意。为什么呢？因为从初学地至佛地之间为四持明经行包含。

丙四（真实皈依）分三：一、皈依境；二、皈依方法；三、放摄光芒。

丁一、皈依境：

观所缘境虚空中，尤许上师佛尊主。

平凡之士因畏惧恶趣欲求善趣等功德而皈依；声闻缘觉在此基础上畏惧三有、生起三信而皈依；大乘之士以悲心为救度他众脱离轮回而皈依。《经庄严论》中云："当知以大悲……"上师宣说皈依功德后，（皈依者）应当调正自心，于三宝所依前供养、忏悔，观想前方虚空中上述的佛陀等三宝如云密集般降临、安坐。显宗说佛为主尊，密宗承认上师为主尊。

丁二、皈依方法：

真实意幻而供养，内外密之供品后，
我与诸众敬合掌，直至菩提为利他，
皈依上师佛法僧，诚心诚意反复行。

在遍布虚空的诸佛菩萨宾客前供养香花等外供品、甘露冰片等内供品以及等性喜胜菩提等密供遍满虚空的供品，诚心念诵"我某某从即日起直至菩提果之间为一切众生而皈依上师、皈依佛、皈依法、皈依僧"三遍。通过表示（上师弹指或自己观想）



而获得皈依戒。之后于不缘一切的境界中安住，由此证悟无生法性，这是胜义皈依。即依法性而获得（皈依戒），是超越世间皈依之因。

丁三、放摄光芒：

观想彼等喜放光，净除自他三门障，
获得一切诸悉地，圆满福资成色身。

《宝积经》中云：“皈依三宝者，二资尽圆满，亦得成佛果，获得正法僧。”

暂时之因皈依宣说完毕。

乙二（果皈依）分四：一、宣说皈依境；二、真实皈依法；三、宣说后得；四、皈依学处。

丙一、宣说皈依境：

究竟果皈依之境，即是唯一之法身，
佛法僧众了义尊，离戏光明之自心。

法相乘（即显宗）中说自己欲求获得佛果为果皈依，彼之皈依境暂时是法与僧，究竟为唯一法身佛。如云：“胜义众皈处，唯一正等觉。”然而，此处（密乘）所说的究竟果皈依境即是法身，因为它是究竟的三宝。所谓的法身，就是于他相续中已现前佛果的为因皈依境；住于三宝自性中离诸戏边之自心性为果皈依境。所以要对它皈依。（证悟自之心性乃为真正的果皈依。）



《成智论》中云：“离得净心即为佛，无变无垢为法宝，功德圆满乃僧众，故自心性最殊胜。”

丙二、真实皈依法：

世俗皈依道用后，当知一切皆自心，
实无能所皈依故，入定真如境界中，
执著心境非究竟，无愿即为果皈依。

于所观想的皈依境前，自己与一切众生皈依，之后在力所能及之前一直念诵皈依偈，这是世俗有缘之因皈依。

（宣说本体:）于虚空中所观想的对境三宝与作皈依的我等一切众生此二者，也仅是自心的幻化而已，实际上微尘许异体也不成立。心性不堕于任何一方，处于如虚空的本体中，在远离戏论的境界中安住。《中般若经》中云：“须菩提，何者若既不缘佛，亦不思法与僧，则此为真实皈依。”所以，认为皈依境——三宝与皈依者——我及一切众生为异体并非是实相义，要了知真实皈依为无愿之自性。

丙三、宣说后得：

圆满慧资得法身，如梦幻中作回向。

无缘空性是智慧资粮，依此可成就法身。《宣说二谛经》中云：“文殊，以福德资粮可得

色身；依智慧资粮可现前殊胜法身。”因此，应当在现有轮涅之诸法无而显现、如梦如幻的境界中作回向。如何回向呢？《毗奈耶经》中云：“以此广大之善根，愿众生内自成佛，昔日诸佛未度众，愿我悉皆救度之……”以这种方式作回向。

丙四（皈依学处）分二：一、因皈依学处；二、果皈依学处。

丁一（因皈依学处）分四：一、不舍三宝；二、不欺应供；三、皈依三宝之戒；四、以信供养。

戊一、不舍三宝：

学处分二初因戒，不为王位及生命，
一切奖赏等利益，舍弃上师与三宝。

为什么不能舍弃三宝呢？因为获得王位等只是在现世中稍稍安乐而已，而皈依三宝者能成办增上生、决定胜之一切安乐，因此这二者有着胜劣的差别。与寂天菩萨所说“勿因小失大，大处思利他”之义相同。《毗奈耶经》中云：“汝为生命、王位，即使是开玩笑亦不应舍弃三宝。”

戊二、不欺应供：

不欺上师应供处，断除恶言谤圣者。

《华严经》中云：“依止善知识后不欺应





供，当断除于诸圣者大德说不悦耳之语，随正法而行。”

戊三、皈依三宝之戒：

自此皈依佛陀后，不礼其余诸天尊，
皈依正法不害众，皈依僧不交外道。

《大涅槃经》中云：“何人皈依佛，彼为真居士，恒时不皈依，其余诸天尊；皈依正法者，远离损害心；皈依僧众者，不交往外道。”

戊四、以信供养：

以信供养三宝相，日夜随念恒皈依。

对三宝以及上师像，也不能污辱，也不能践踏他们的影子，要尽力供养，因为这些是佛的幻化，是众生福田。如颂云：“吾于五浊时，化为善知识。”《白莲经》中云：“化为诸多佛像后，利益众生令行善。”《耳饰经》中云：“末法五百世，吾现文字相，意念彼为我，尔时恭敬之。”日日夜夜或昼夜六时或三时，最起码每日应当忆念一次而皈依上师三宝，随修善法。也就是说，赞颂善知识的功德并随学他的行为。赞说三宝功德并随学。相应行为律、修为经、见为论而实修即是修道之皈依。《摄事分》中云：“依止圣士，听闻正法，随僧而修，此乃皈



依。”

丁二（果皈依学处）分二：一、真实学处；二、失毁之因。

戊一、真实学处：

果戒等性当勤守，不念贤劣无取舍，
不依戏论修法性，皆于圆一坛城行。

《中般若经》中云：“欲修智慧波罗蜜多者，当以不缘任何法，不随其见而修学。即不应以见二者之式而伺察谓‘此乃殊胜，此乃下劣，此为应取，此为应舍，此为佛法，此为他法。’”

戊二、失毁之因：

宣说护持共同学处之方式：

相似舍因超受时，真实舍因生邪见，
失毁学处向下堕，当具正念慎取舍。

成就菩提佛果时，则超过了以仪轨而受戒的时间，故名相似舍戒因。以生邪见而舍弃三宝及不能修持而舍弃皈依学处，是真实的舍戒因。礼拜其他天尊等仅仅失坏了少许学处，称为趋向下劣。如果失坏皈依戒，则如同腐败的王族一般不能趋入内道；如同受到护送者欺骗的商人一般所作所为都怀有畏惧；如同倒塌墙



壁上的图案一般容易失毁一切戒律；如同远离靠山的百姓一般容易遭受损害；如同违犯法律之人一般会因为破戒而堕入恶趣等有许多过患。因此，如果发现破戒的过患后忏悔并以不再就犯之心受戒，则可恢复。有些人认为皈依戒数量一定，但我认为是不一定的。因为何时生起（舍恶）守戒的善心，就可得戒。《入行论》中云："断尽恶心时，说为戒度圆。"

乙三（皈依之利益）分七：一、救护诸世之利益；二、圆满二资之利益；三、无量功德之利益；四、蒙受善法天尊护佑之利益；五、具有无量之利益；六、诸德所依之利益；七、遣除有寂衰败之利益。

丙一、救护诸世之利益：

皈依外道的大自在天等结果会堕入恶趣。

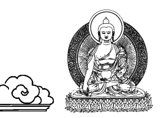
见他依处皆欺惑，更加诚信大悲尊，
生生世世救离畏，何有胜彼之利乐？

仅仅皈依三宝也能阻塞恶趣之门，生生世世获得善趣解脱大道之安乐。因此说，这是无与伦比的皈依处。《猪传经》中云："何者皈依佛，不堕恶趣中，离开人身已，转生为天身。"

丙二、圆满二资之利益：

清净诚信心田上，灌溉福慧之甘霖，





生长善法界苗芽，成熟圆满佛庄稼。

众生信心的田地上，二资的雨水使佛性的种子发芽、成长，最后使佛陀之庄稼成熟。《涅槃经》中云：“皈依三宝者，福慧胜资粮，世间佛法增，终获正等觉。”

丙三、无量功德之利益：

如法行善知惭愧，具有正念不放逸，
获得诸多之功德，心现总持云智日，
梦中亦见不离此，忆念宿世种财饰。

《施宝童子请问经》中云：“皈依佛者，一切善法皆明显增上，知惭有愧；皈依法者，常不放逸，具有诸多功德，恒时能忆宿世，具有修法之缘分福德；皈依僧者，自心堪能，具众多等持总持法门，种姓恒时高贵，梦中亦不离佛法僧。”

丙四、蒙受善法天尊护佑之利益：

自成二利众皆喜，终成众生之依处，
作为有情之至亲，故得三身之财富。

喜爱善法的诸天神欢喜护佑皈依三宝者，并使其善根增上。《施宝童子请问经》中云：“此外，蒙喜白法之诸天神护佑，诸善根亦得增上。”并且可迅速获得佛果，《涅槃经》中云：



“皈依三宝者，速疾得佛果。”因皈依佛而成就佛果；因皈依法而转法轮；因皈依僧而集聚如海般不退转之僧众。

丙五、具有无量之利益：

皈依功德若有形，超胜虚空无量倍。

《无垢经》中云：“皈依之福德，倘若有色相，则遍布虚空，较此更超胜。”皈依可遣除一切畏惧与危害。《胜幢经》中云：“诸比丘，汝无论住于寺庙、尸林抑或旷野等处，若皈依三宝，则无有畏惧、痛苦及毛骨悚然之现象。”皈依者也不会出现恶魔及恶趣的恐怖。《日藏经》中云：“皈依佛陀之众生，俱胝魔众不能害，纵然失戒心烦乱，亦定趋向解脱道。”总而言之，若皈依三宝，则可救脱烦恼、危害、小乘道以及轮回恶趣等一切违缘，并且获得增上生、决定胜之一切利益。《经庄严论》中云：“佛陀尽救脱，一切诸烦恼，一切罪恶行，衰老与死亡。救脱诸危害，恶趣与非处，坏聚小乘故，即是胜皈处[43]。”

[43] 唐译：诸佛常救护，众生三染污，诸惑诸恶行，及以生老死，诸灾及恶趣，身见亦小乘，如是诸众生，一切皆救护。佛为胜归处，无比故无上，如前种种畏，无不令脱者。





丙六、诸德所依之利益：

诸妙功德之根本，智者谁人不依之？

对于功德无量的皈依处，诸位智者理应依止。《宝积经》中云："智者随功德，依此圆成事。"因此当依此理而皈依。

丙七、遣除有寂衰败之利益：

百倍诚信而顶礼，弃罪趋寂众至亲，
皈依恩赐三界福，利乐源泉如意树。

包括天界在内的世间中堪为依怙之最的就是三宝，因为三宝是救脱一切罪恶并将众生引向寂乐的大商主。三宝是福田，赐予所欲之如意树，功德之宝库。《宝积经》中云："三宝是天等世间之应礼处、应合掌处、殊胜福田。"《入行论》中云："谁令怨敌乐，皈敬彼乐源。"此等经论中均说明了此理。为此，昼夜六时甚至用餐时也应当观想三宝在前方虚空中，意念顶礼、意幻供养、忏悔罪业、随喜福德、请转法轮、祈不涅槃，此后随念三宝功德，观想为利一切众生愿我也获得如是功德。边观想边合掌念诵《宝积经》、《月灯经》中所说的（"如是佛陀薄伽梵者，谓：如来、应供、正等觉、明行圆满、善逝、世间解、无上士调御丈夫、天人师、佛、薄伽梵。



诸如来者，是福等流，善根无尽，安忍庄严，福藏根本，妙好间饰，众相花敷，行境相顺，见无违逆，信解欢喜，慧无能胜，力无能屈。诸有情师，诸菩萨父，众圣者王，往涅槃城者之商主。妙智无量，辩才难思，语言清净，音声和美；观身无厌，身无与等。不染诸欲，不染众色，不染无色。解脱众苦，善脱诸蕴，不成诸界，防护诸处。永断诸结，脱离热恼，解脱爱染，越众瀑流，妙智圆满。住、去、来、今诸佛世尊所有妙智；不住涅槃，住真实际，安住遍现一切有情之地。是为如来正智殊胜功德。正法者，谓：善说梵行。初善、中善、后善。义妙、文巧。纯一、圆满、清净、鲜白。佛、薄伽梵，善说法律。正得，无病，时无间断。极善安立，见者不空，智者各别内证，法律善显，决定出离，趣大菩提。无有违逆，成就和顺，具足依止，断流转道。圣僧者，谓：正行、应理行、质直行、和敬行。所应礼敬，所应合掌。清净功德，净诸信施。所应惠施，普应惠施。”）后行回向善根。如此而行，即可灭尽罪业，增上善法，迅速成就菩提，生生世世不离三宝。

甲三、回向本品善根：

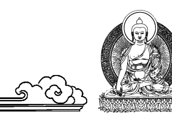
赞扬大乐胜德故，诸众谨持正士行，

愿依罪业劣境者，疲劳心性今休息。

以此珠连妙语赞颂福德云中所发出的苍鸣声，愿长久依于劣境为轮回数千痛苦折磨得精疲力竭的众生于佛陀出有坏胜乐处得到休息。








以此寂灭正法甘露雨，愿众心之善妙皆增上，
恒时享受佛果如意云，具有殊胜解脱之智慧。
祈愿十方所有世界中，一切善逝普降法甘霖，
佛子以利乐光照有情，三恶趣处皆空成正觉。
愿于无有导师世盲众，普传三宝一切诸功德，
令彼皆入解脱之正道，无余成就佛陀之果位。

大圆满心性休息中第六品
皈依释终







第七品　四无量心

第七四无量心品分十：一、宣说承接文与修四梵住；二、宣说差别；三、宣说所缘境之差别；四、不清净所缘境之过患；五、宣说真实所缘境；六、宣说意相；七、宣说修持方法；八、宣说其他修法；九、宣说修行之果；十、回向本品善根。

甲一、宣说承接文与修四梵住：

如是已具皈依者，慈心大地开悲花，
喜心凉荫舍净水，为利众生修自心。

此处以极为舒心悦意的林间比喻来加以说明。在众生喜爱的休息处绿草荫荫的慈心大地上，到处盛开着形态各异的悲心鲜花，并有喜心的凉荫遮阳，还有许许多多鸟类野兽生存着，湖泊池塘中流淌着、瀑布飞泻着舍心的净水。三有中疲惫的众生在这里得到安慰，自心也得到休息。这以上是运用形象化修饰法[44]来说明四无量心。《中般若经》中云："须菩提，菩萨大菩萨当修大慈、大悲、大喜、大舍。"

[44] 形象化修饰法：用比方摹拟被比事物性状，加以形象化后，不用同、似等词，使二者形成一体以修饰其词句。分为二十类：省格、不省格、省或不省格、全部、支分、总体、一支、相应、不相应、参差、提高、相违、原因、双关、同况、异况、否定、平分、双重与歪曲。



甲二、宣说差别：

若与解脱道脱离，则四梵住三有因，

灭道所摄此四者，越过有海四无量。

《胜藏经》中云："舍利子，未真实发心或未随真实发心之慈悲喜舍四者即是四梵住，现行于三有中；若是真实发心或已随真实发心之慈悲喜舍则是四无量，行于涅槃道之故。"

甲三、宣说所缘境之差别：

缘无量众为有缘，周遍法性为无缘。

四无量心的所缘境若是一切众生则生起有缘四无量心，如果所缘境是诸法之真如法性，则生起无缘四无量心。《瑜伽师地论》[45]云："依于众生与法性分别生起有缘与无缘四无量心。"

甲四（不清净所缘境之过患）分二：一、宣说不净所缘境之过患；二、教诲修学解脱之四无量心。

乙一、宣说不净所缘境之过患：

前者有限量，缘于少量众生，

不清净之所缘境，有缘之故梵天因。

四梵住之所缘境为一两个等有限的众生，

---

45 《瑜伽师地论》：本书分：本地分、摄抉择分、摄事分、摄异门分、次摄释分。藏籍说为无著所著，汉籍说为弥勒所说。唐玄奘译，共一百卷。汉籍五分次第，本地分、摄抉择分之后，次摄释分、次摄异门分、次摄事分，与藏籍次第有异。







生起有相慈心等四心，没有被解脱之心所摄持，如母女二人同过恒河时，相互生起了慈心，因此死后转生于梵天中，这样的四梵住只能成为三有之因，就是《入行论》中所说“生一明定心，亦得梵天果”的道理。

乙二、教诲修学解脱之四无量心：

先了知差别后再修四无量心：

此为无缘入解脱，具悲心者当修学。

欲求解脱者唯一应当修学真实所缘境与四无量心。

甲五、宣说真实所缘境：

宣说四无量心之所缘境：

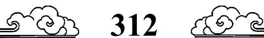
不具快乐之有情，痛苦所逼可怜者，
幸福贪亲嗔疏者，慈悲喜舍之对境。

缘于众生之四无量心的所缘境：不具安乐者、痛苦可怜者、快乐富裕者、贪亲嗔疏者分别是慈、悲、喜、舍之对境。《经庄严论》中云：“寻求安乐者，痛苦可怜者，安乐具惑者……”

甲六、宣说意相：

许相得乐离痛苦，不离欢喜心堪能。

愿慈心对境的众生具足安乐、悲心对境的





众生无有痛苦、喜心对境的众生不离欢喜、舍心对境的众生舍弃贪嗔后一视同仁。《经庄严论》中云："合心及离心，不离利益心，怜愍诸众生，利乐尊前礼。"四无量心之本体即远离各自之违品。彼论又云："舍梵天违品，具无分别智，趋入三所缘，成熟诸众生。"

舍弃各自之违品即是指《经庄严论释》中所云："不分别他境，缘快乐者、痛苦者、中等者三对境而利益众生。"

如何趋入所缘境呢？以三种心态趋入不具苦乐之中等对境，痛苦可怜或具有贪嗔苦因苦果之痛苦对境，幸福快乐之安乐对境这三种对境。

缘法之四无量心是通过听闻论典而生起的。缘法性之四无量心是指证悟了彼等无生之自性。或者，与未证悟无我、证悟一个半无我以及证悟二无我者相续联系的四无量心分别是缘众生、缘法、缘法性之四无量心。《菩萨地论》中云："缘众生与诸外道共同；缘法与诸声缘共同；无缘与彼等皆不共。"也就是说，有依靠众生、依靠正法、依靠无缘三者而生起的四无量心，也有依四种对境而生的四无量心以及现见







六度之六种违品而生的四无量心。《经庄严论》中云："慈饥慈蛮者，慈惑放逸者，慈为他转者，慈生邪见者。"还有说由十种对境而生的四无量心。如《经庄严论》中云："为烦恼敌转，苦逼黑暗障，入于难行道，真具大束缚，贪杂剧毒食，弃舍正道者，力微入歧途，所慈之众生[46]。"此中宣说了初学菩萨修学四无量心的十种对境：烦恼如烈火般炽盛者，虽已入道却被魔制造违缘者，三恶趣众生，不知业因果者，入于颠倒途者，为烦恼结紧紧束缚者，享受禅定乐味者以及入声缘道者。

四无量由四种缘产生，自性存在的佛性或界性称为因缘；宣说四无量教言之善知识称为增上缘；各自现前的对境称为所缘缘；了知修四无量之利益以及不修之过患，修前前之因称为等无间缘。《经庄严论》中云："菩萨之慈心，苦乐因中生，智者之悲心，因师自性生[47]。"《俱舍论》中云："四缘生诸心心所，以三缘生二种定，他法则由二缘生。"意思是说，一切心及心所是由增上缘等四缘而生，因缘、增上缘、等

[46] 唐译：炽然及怨胜，苦逼亦暗覆，住险将大缚，食毒并失道，复有非道住，及以瘦涩者，如此十众生，大悲心所缘。
[47] 唐译：苦乐不苦乐，因力及善友，自体相续流，大悲四缘义。



无间缘三者产生二灭定[48]；一切无情法是由因缘及水肥等增上缘所生。

甲七（宣说修持方法）分四：一、修舍无量心；二、修慈无量心；三、修悲无量心；四、修喜无量心。

乙一（修舍无量心）分十三：一、修舍无量心之必要；二、修舍无量心之所缘境；三、忆念众生之恩德；四、以对境不定而修舍无量心；五、以等性修舍无量心；六、为利众生修舍无量心；七、离得同时修舍无量心；八、舍无量心之真实对境；九、舍心对境逐渐增加；十、舍无量心之修量；十一、修舍无量心之后得；十二、修舍无量心之利益；十三、修舍无量心之果。

丙一、修舍无量心之必要：

修法次第虽不定，初学补特伽罗者，

首先观修舍无量，亲疏平等修余三。

从相续中容易生起的舍心开始修。若未对一切众生平等，则难以生起其余三种无量心，因此首先修舍无量心。阿阇黎智藏在《中观庄严论》中云：“舍心辽阔大地上，遍开慈心之鲜花，严饰悲心之凉荫，喜心净水无混浊。”此外，《二观察续》中所说“初当修慈心，其次修悲心，尔后修喜心，最终修舍心”的次第，是从结合内在本尊之真如而宣说的，这也是因为一

[48] 二灭定：即灭尽定与无想定。







开始慈心等三者容易生起的缘故。

丙二、修舍无量心之所缘境：

彼所缘境诸众生，心中如是当观察，
贪今父母友嗔敌，汝之此心极恶劣。

每一位众生无有不曾成为亲人与怨敌的，所以对他们不应该有贪嗔之心。

丙三、忆念众生之恩德：

无始无终漂泊时，此敌亦成父母友，
饶益于我具恩德，岂能恩将仇报耶？

对于往昔曾经饶益过自己的众生，以损害回报实在不应理。《毗奈耶经》中云："于饶益者当报恩，不应加害或漠然。"

丙四、以对境不定而修舍无量心：

再者，许多生世中，

此友亦成敌加害，如今亦感彼痛苦，
回报利益岂应理？中者亦成亲非亲，
利益损害不一定，贪恋嗔恨不应理。

如果因为受到怨敌加害而不行饶益，那么亲友也曾经于前世加害过自己并且现在也令自己感受痛苦，仅以此对他们生起贪嗔有何利益呢？中等者从前、以后对自己有利有害都不一



定，所以他们不是该贪恋、该嗔恨的对境，要对所有的人都无贪无嗔，生起亲、疏平等之心。《般若二万颂》中云：“须菩提，汝当于一切众生有平等之心。”

丙五、以等性修舍无量心：

初当于诸亲友方，观成中者断贪恋，
后将怨敌观中者，断除嗔恨无亲疏。

如是将亲怨二者平等观成不亲不怨之人而修舍无量心。

丙六、为利众生修舍无量心：

于诸中等者之心，亦为应断愚痴故，
如是观修离三有，同遣有情烦恼心。

将任何众生都观为不亲不怨的中等者之心也属于痴心，所以但愿彻底消除亲怨为主一切众生的烦恼，永远不再生贪嗔之心，但愿一切众生彼此之间心皆调顺。

丙七、离得同时修舍无量心：

众欲离苦得安乐，然不知此行苦因。

如同自己实在不想受苦一样，一切众生也是如此，怎能对他们怀有加害之心呢？虽然他们想得到安乐，却因愚昧而行痛苦之因——十





不善业，自己应当竭力制止他们行不善业。

丙八、舍无量心之真实对境：

愿可怜兮烦恼众，息诸习气心平等，
愿猛贪嗔所恼众，无有亲疏离贪嗔。

愿众生息灭一切烦恼，尤其熄灭贪嗔之烈火，从而无有贪嗔，自心堪能。

丙九、舍心对境逐渐增加：

观众从一至二三，一域一洲至四洲，
一千二千三千界，直至一切世间众。

初学者观修舍无量心时，先从自己的亲友怨敌开始，在没有达到熟练（即修量）之前一直观修。尔后从一个众生、两个、三个等直至自己的城镇、区域，一直修到南赡部洲之间。再后，从东胜身洲到一千世界、二千世界、三千世界，直至所有世间界的众生。最初观修人类，之后同样观想旁生等一切众生。

丙十、舍无量心之修量：

舍无量心之修量，自他亲怨皆平等。

达到对自他亲怨皆平等之心境，并且对谁也不生嫉妒、嗔恨，一视同仁。（这就是舍无量心的修量。）





丙十一、修舍无量心之后得：

如是有缘修舍无量之座间，

后得无缘舍对境，诸众唯心心如空，

胜义无生空性中，自心离戏中安住。

所观修的对境——所显现的这些众生也如影像般无而显现，自性无生。于如是忆念中安住。我们虽然对所取境——蕴及蕴以外的他法有我与我所的贪执，但实际上，此二者都是虚妄的自性，如同将镜中的影像妄执说“这是我的面容”一般，是无而显现，依蕴而存在的。《宝鬘论》中云：“犹如依明镜，虽显自面影，然彼真实性，少许亦非有。如是依诸蕴，我执成所缘，犹如自面像，真性中毫无。犹如不依镜，不现自面影，不依于诸蕴，我执亦同彼。”

如若将自性的诸蕴执著为我，就会有业，业中有生，一直到老死之间。如果无有蕴执，也就避免了这一切。《宝鬘论》中云：“何时有蕴执，尔时有我执，有我执有业，有业亦有生。三道之轮回，无初中末转，犹如旋火轮，彼此互为因。于彼自他二，三时亦未得，故能尽我执，业与生亦尔。此见因果生，彼等泯灭已，不思真实中，世间有无性。”





因此，我们应当了知诸法如影像般无有我执与我所执的对境。

丙十二、修舍无量心之利益：

如是舍心之修量，生起深寂之证悟。

舍无量心的修量，即相续中生起诸法自性本来无生之等性证悟。《普作续》中云："无二住于无所思，法性菩提中生智。"

丙十三、修舍无量心之果：

果无亲疏垢染心，任运自成实相义。

从世俗谛来说，达到无有自他亲疏之境界；就胜义谛而言，证悟无二法性。如是精进修习舍无量心完以后当观修慈无量心。

乙二（修慈无量心）分五：一、增上慈心；二、慈心之所缘境；三、慈心之证相；四、无缘之慈心；五、修慈心之果。

丙一、增上慈心：

若于众人皆平等，如愿自母得安乐，
当于一切诸有情，亦皆如是而思维。

若已对一切众生有平等之心，则当如敬爱父母般对一切众生作父母想而观修慈无量心。《般若八万颂》中云："当修不为声闻、缘觉所



动之慈心。”

丙二、慈心之所缘境：

祈愿慈心所缘境，所有一切诸众生，
暂时获得人天乐，究竟获得菩提乐，
从一乃至无边数，一切众生而观修。

当见到不具安乐的有情时，心里要想：但愿他们暂时获得人天之安乐，究竟获得佛陀之安乐。从一个众生直至尽虚空际的一切众生观修。《中般若经》中云：“见不具安乐之众生时当如是思量：愿此等众生获得天境诸天人之圆满安乐。”

丙三、慈心之证相：

生起周遍之慈心，胜过慈爱独子母。

也就是说，无论见到任何众生，都以满心喜悦、无限怜爱之情想利益他们。

丙四、无缘之慈心：

修习有缘慈心后，诸法等性中入定，
无缘广大之慈心，慈空双运为验相。

这样观修：其实，修慈心对境的众生也是地水火风空识六界积聚而形成的。如若加以观察，则粗大的物质可分为微尘，无分微尘与无分心







识也如虚空般不存在。《宝鬘论》中云："士夫非地水，非火风虚空，非识非一切，此外士为何？士六界聚故，非为真实有，如是一一界，聚故真性非。蕴非我无彼，蕴我非互依。"又云："尔时不得实，岂能成无实？色法唯名故，虚空亦唯名，无大岂有色，故唯名亦无。由此当思维，受想行识蕴，如大种及我，故六界无我。"

众生到底怎么不存在呢？对于众生显现时身体之界，无论如何观察都不存在，心识的能依所依也见不到。所以说我与我所不可得，因为详细观察分析时本体皆为空性。《宝鬘论》中云："犹如芭蕉干，尽析无所有，倘若析诸界，士夫亦同彼。诸法称无我，是故诸佛说。"我们所见所闻的诸法，显现分也是非真非假，因为真实虚幻都是心安立的法。彼论云："佛说见闻等，非真亦非妄。"又云："世间离实妄。"可见，诸法超离真实与虚妄，如同芭蕉树一样。《三摩地王经》中云："如人剥开湿芭蕉，欲从中得实有果，然而内外皆无实，当知诸法亦如是。"

慈无量心之证相：自己生起慈无量心的同时，就证悟了众生如芭蕉树般无有自性、无我的体性。



丙五、修慈心之果：

修习慈无量心果，令人见而心愉悦。

如是修习慈心，将令一切众生见而悦意，自己见到众生时也是心情舒畅，无有贪嗔等垢染。《般若八千颂》中云："多修慈心并得稳固者令众生见而愉悦，无有嗔恨。"修慈心可获得无量福德。如《十方广大解脱经》中云："谁于诸世界，乃至一劫间，护持清净戒，不如一刹那，修持慈心胜，谁于此世间，身语意造罪，纵定堕恶趣，依慈令速净。"

乙三（修悲无量心）分七：一、思维众生痛苦；二、宣说悲无量心之修法；三、真实宣说悲无量心；四、修悲无量心之原因；五、修悲无量心之证相；六、修悲无量心之入定与出定；七、修悲无量心之果。

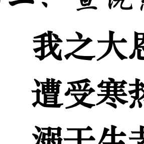
丙一、思维众生痛苦：

慈心周遍众生后，如心不忍父母苦，
思维一切众生苦，生起强烈大悲心。

观想曾经做过自己深恩父母的这一切众生为了我们而造下罪业，如今正在遭受三恶趣等痛苦的逼迫，他们实在太可怜了，我应当竭尽全力拯救这些苦难的众生。《中般若经》中云："若见苦难众生，愿彼等远离痛苦之心即是悲心。"







丙二、宣说悲无量心之修法：

我之大恩诸父母，为我而造诸罪业，
遭受寒热与饥渴，残害役使所逼迫，
溺于生老病死河，受多种苦真悲惨！

一切老母有情为了我们而造罪，尤其如今仍旧在感受各自的痛苦，真是可怜！

丙三、真实宣说悲无量心：

无欲解脱寂灭心，无示正道善知识，
漂于轮回诚可悲，现见此等岂忍舍？

应当这样来思维：轮回中的一切众生虽然在受苦，却不知道从中解脱的方法，而且善知识也是仅仅摄受少数人，而并没有为所有的众生指引解脱道。如今仍然在轮回中受苦的这些众生，往昔无不成为过自己的父母或亲友，舍弃这无依无怙的苦难众生实不应理。《致弟子书》中云："父母若得空闲而住时，满怀慈爱抱子于怀中，除非极为下劣愚痴者，谁愿舍弃无依苦恼众？"

丙四、修悲无量心之原因：

故当诚心而思维，愿以吾身及受用，
三世善根令诸众，瞬间远离一切苦。

诚心诚意深深思维：愿我的一切安乐与善





根转移给众生从而使他们远离痛苦，恒时享受无量安乐。《般若八万颂》中云：“当修不同于一切声缘广大无量之悲心。”

丙五、修悲无量心之证相：

修习悲心之证相，无法堪忍众生苦。

从一个众生到一切众生之间修悲无量心达到修量时，对于别的众生遭受痛苦比自己遭受还难以忍受的心态会油然而生。

丙六、修悲无量心之入定与出定：

修有缘悲心的结座，修无缘悲心。

无缘悲心后入定，空悲双运为验相。

若详细观察悲心对境的众生，如同本无水而显现为水的阳焰一样无而显现。《三摩地王经》中云：“犹如春季正午时，干渴之人向前行，见到阳焰误认水，当知诸法亦复然。”《宝鬘论》中云：“阳焰现似水，非水非真实，如是蕴似我，非我非真实，阳焰思谓水，是故往彼处，设执谓水无，此即愚痴者。如是似阳焰，世间说有无，此执乃愚昧，有痴不解脱。”又云：“二者真实中，无有去来住，故世间涅槃，实有何差异？”复云：“是故诸佛说，无死甘露教，甚深



离有无，当知乃特法。”

通过如是修行而了达诸法之自性，进而才是行持空性大悲双运之胜道。大悲与空性二者其中一者不具备也是歧途。《道情歌集》中云：“何者离悲修空性，彼人未得殊胜道，相反仅仅修悲心，亦住轮回不解脱，何人二者能双运，轮回涅槃皆不住。”

丙七、修悲无量心之果：

果离损恼心堪能，成就本来清净性。

如是修悲无量心之果：获得无有损害之心，内心堪能，成就正等觉菩提。《胜藏经》中云：“修习大悲令心堪能，无有损害，获得为喜心所严饰之妙果。”

乙四（修喜无量心）分六：一、修喜无量心之必要；二、修喜无量心之所缘境；三、修喜无量心之证相；四、宣说喜无量心之本体；五、修喜无量心之功德；六、修喜无量心之果。

丙一、修喜无量心之必要：

于诸悲润之有情，各得其乐修喜心。

若见到安乐之众生，则观修喜心。《般若二万颂》中云：“若见众生各享其乐，则当思维：愿彼等不离此乐，愿其具足超胜人天之乐、遍



知之乐。”

丙二、修喜无量心之所缘境：

所缘具乐之众生，奇哉此等诸有情，
不需我令获安乐，各享其乐极善妙，
从今乃至菩提果，愿彼永不离此乐，
如是观修喜无量，当从一至一切众。

修喜无量时，观想方式即从一位拥有安乐的众生到一切众生这样来修。

丙三、修喜无量心之证相：

喜无量心之验相，无有嫉妒生欢喜。

对于他人的圆满无有嫉妒，生起欢喜之心即是修喜无量心的验相。

丙四、宣说喜无量心之本体：

后修无缘静虑喜。

观修喜无量心对境的一切众生也是无而显现，犹如幻术。《三摩地王经》中云：“如是大庭广众中，诸魔术师幻化相，各种马象及马车，如是显现实皆无，当知诸法亦复然。”《宝鬘论》中云：“异生前保密，此乃甚深法，世间如幻即，佛教真甘露。犹如幻化象，虽现生与灭，然于真实中，无生亦无灭。如幻之世间，虽现生与



灭，然于胜义中，无生亦无灭。譬如虚幻象，无来亦无去，愚心所致已，真实无安住。如是幻世间，无来亦无去，愚心所致已，真实无安住。超越三时性，唯是名言立，一切有或无，世间岂实有？”

丙五、修喜无量心之功德：

三门任运成寂乐。

通过修习，以实相之喜心自然使身语意趋入寂乐，这是标准。

丙六、修喜无量心之果：

修习喜无量之果，境地稳固心欢喜。

《般若八千颂》中云：“具足广大喜无量心，不为一切声闻、缘觉所夺者，能得圆满增上生。”

甲八（宣说其他修法）分七：一、反复观修；二、以悲心遣慈心之障；三、以喜心遣悲心之障；四、以舍心遣喜心之障；五、以慈心遣舍心之障；六、轮番修法；七、如是修四无量心之功德。

乙一、反复观修：

如是修后先修慈，以此依次除四执。

如果恒时依前次第而修，则有人会执著修





法次第实有，所以以反复观修来对治。

乙二、以悲心遣慈心之障：

修慈若贪众如亲，修悲除苦因果执。

有些人修到最后，若对其他众生如父母般贪执，则可依靠修二种悲心加以对治。

乙三、以喜心遣悲心之障：

悲心微弱若有缘，以无缘喜除忧患。

修悲心时，如果有自相贪执，则依靠如幻之无缘喜心能遣除一切厌烦与贪执。

乙四、以舍心遣喜心之障：

修喜心若极散乱，以修大舍离亲怨。

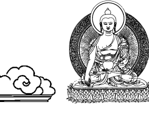
若对他人安乐生起欢喜而产生贪恋，则修厌离心或无缘舍心加以遣除。

乙五、以慈心遣舍心之障：

舍心若成无记法，如前慈等次第修，
以此容易至修量，获得稳固之验相。

若对一切都是无记状态，则再从慈心开始修，这些是总的对治法。分别而言，对于各自有缘障碍依照所说各自无缘对治法来修。如是观修有着自相续中的四无量心达到究竟并且能





迅速得到稳固的必要。

乙六、轮番修法：

修极稳固瑜伽士，顺逆轮番顿超修。

四无量心得以稳固的瑜伽士为了提高修行境界，从慈心开始次第而修，也有从舍心逆行而修，还有慈心、喜心、悲心、舍心轮番而修的。修舍心后修悲心、慈心为小修；修慈心后反过来修喜心为中修；修舍心后修慈心为大修，即中间搁置，上下跳跃顿超而修。《中般若经》中云："须菩提，如是修慈心、修喜心、入悲心定、修舍心……"

乙七、如是修四无量心之功德：

如是修持有何必要呢？

依此增进新证悟，较极稳固更稳固。

通过修持四无量心，获得新境界，使不稳固得稳固，使稳固者更加稳固。

甲九（宣说修行之果）分十二：一、成就增上生决定胜之理；二、等流果之利益；三、增上果之利益；四、士用果之利益；五、修慈心之利益；六、修悲心之利益；七、修喜心之利益；八、修舍心之利益；九、赞颂功德；十、四无量心为诸佛之遗迹；十一、宣说二获得之理；



十二、如是修持之摄义。

乙一、成就增上生决定胜之理：

宣说修四无量心所得之果。

如是修持异熟果，获得增上决定胜，
转生欲界人天身，能得利益与安乐。

修持四无量心，可获得增上生人天之身，圆满二资粮，饶益众生，不离四无量，纵然是放逸睡眠之时也具有功德，不为猛烈损害所夺。《经庄严论》中云："行梵住智者，恒时生欲界，圆满二资粮，亦成熟众生，不离四梵住，远离其违品，放逸亦不为，难忍违缘转[49]。"究竟之果就是成就菩提。《经庄严论》中云："断害菩提种，利他苦行因，本性成熟者，不久获菩提[50]。"意思是说，断除损害为离系果；播下解脱种子为增上果；为令他众安乐自己忍受苦行为士用果；今生修持四无量心他世也成熟修行四无量心为等流果。诸位佛子的相续中生起此等四无量心，也有几种方式，即自然而生，或由修习而生，由见外境而生，由摧毁违品而生。《经庄严论》中云："大悲主仁慈，自然妙观察，

[49] 唐译：所生欲界报，满聚亦成生，不离及离障，具足五为果。设遇重障缘，及以自放逸，欲知菩萨相，梵心无退转。

[50] 唐译：障断及觉因，与乐亦爱果，自流五依故，是人去佛近。



具昔修习力，摧违品得四[51]。”

乙二、等流果之利益：

同行等流恒修彼，感受得乐离违品。

同行等流果：恒时修持而生起四无量心；感受等流果：无有害心，无有损恼，无有不喜，无有贪嗔。

乙三、增上果之利益：

转生悦意喜乐境，众生和合财富裕。

修慈心之生处悦意；修悲心之生处安乐；修喜心之生处药花等丰富，享受快乐；修舍心之生处众生和睦，无有损害。

乙四、士用果之利益：

四无量心更增上，任运而成自他利。

依靠修四无量心更加增上之福德，能够成就一切善妙、安乐。

乙五、修慈心之利益：

修持慈无量心者，无嗔受用皆圆满，
获得大圆镜智慧，相好严饰报身相。

通过修慈心使嗔心转依，现前大圆镜智，

[51] 唐译：自性与数择，宿习及障断，应知菩萨悲，如此四差别。





获得报身。《莲花顶经》中云："慈令嗔心转依为，大圆镜智得报身。"

乙六、修悲心之利益：

依悲无贪得法身，现前妙观察智慧，
一切法身之功德，力等十八不共法。

修悲心使贪心清净为妙观察智并获得法身。《莲花顶经》中云："悲令贪心清净为，妙观察智得法身。"

乙七、修喜心之利益：

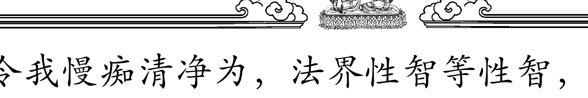
依喜无有嫉妒心，获得报身成作智，
幻化种种不定相，任运成身即事业。

修喜无量心，可获得事业圆满之成所作智，清净嫉妒而现前化身。《莲花顶经》中云："喜令嫉妒清净为，成所作智得报身，任运自成诸事业。"

乙八、修舍心之利益：

修习舍心无慢痴，现前平等性智慧，
以及法界性智慧，离戏法性本性身。

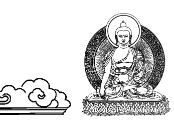
修持舍心使慢心、痴心清净为平等性智与法界性智。因本性身不变而现前金刚身与现证菩提身。《莲花顶经》中云："依舍及与大舍心，



令我慢痴清净为，法界性智等性智，获得菩提金刚身。”

四无量心的作用也有四种：（一）修四无量心者不贪世间：《经庄严论》中云：“慈悲诸尊主，尚不住寂灭，况于世间乐，自命岂贪执[52]？”（二）修四无量心者不求自乐：《经庄严论》中云：“大悲见苦者，未乐何有乐，是故慈悲者，令他乐方乐[53]。”（三）修四无量心者压服世乐：《经庄严论》中云：“由慈所生苦，压服世诸乐，所作皆具慈，岂有更稀奇[54]？”《致弟子书》中云：“佛说可怜众生受剧苦，为利他众受苦乃安乐，刹那自令他离饥渴热，何有等同于彼之欢喜？精勤利乐他众所生喜，环境受用之乐不可比，王位资具之乐不可比，妻子天非天乐不可比。”（四）修四无量心者不厌烦轮回：《经庄严论》中云：“大悲智者知，轮回假立苦，我我所皆无，无厌罪不害[55]。”具有如此殊胜无量心之胜士超越世间，无有过患。彼论又云：“贪者非无过，非为超世间，智者之慈悲，无过超世

[52] 唐译：菩萨悲自在，寂静尚不住，世乐及身命，此爱云何起？
[53] 唐译：苦者悲诸苦，不施云何乐，以令自乐故，施乐拔他苦。
[54] 唐译：悲苦最稀有，苦胜一切乐，更乐悲生故，办非有况余。
[55] 唐译：生死苦为体，及以无我性，不厌亦不恼，大悲胜觉故。



间[56]。”父母慈爱子孙是有贪执的，菩萨慈爱众生并非有贪执，因为菩萨能救度彼等脱离轮回。此慈悲心无有过患，因为依靠此心可以救度苦难众生脱离轮回。《经庄严论》中云：“依方便引导，感受剧烈苦，依愚暗世众，岂能有罪过[57]？”这种慈悲是超越世间的，因为菩萨具有声闻缘觉也不具备的慈心等。彼论又云：“世菩提缘觉，罗汉亦无慈，何况说他众，岂不超世间[58]？”

如果未修四无量心，则有许多过失。《经庄严论》中云：“菩萨皆不喜，害心损恼心，具有欲贪者，具有诸多罪[59]。”生于欲界中称为欲贪，生于上二界（色界、无色界）中称为有贪。《俱舍论》中云：“二界所生为有贪。”增上烦恼的过患无量，《致弟子书》中云：“诸惑毁己毁戒毁众生，具失得微仙人导师呵，恶语相诤他世转无暇，失毁已得未得受剧苦。”失毁已得是指失去今生安乐，失毁未得是指失去来世安乐。

修四无量之利益：修四无量心者无有上述

56 唐译：贪爱非无障，世悲亦世间，菩萨悲爱起，障尽亦过世。
57 唐译：有苦及无智，大海及大暗，拔济以方便，云何不障尽？
58 唐译：罗汉及缘觉，如是悲爱无，何况余世间，岂得不过世？
59 唐译：四梵有四障，嗔恼忧欲故，菩萨具此障，多种过失起。

过患，并且为利益众生住于轮回中，但不是具有烦恼而流转的，因此无有痛苦。《经庄严论》中云：“具有慈心等，不生此等过，非为烦恼者，利众住轮回[60]。”

乙九、赞颂功德：

慈等功德无边际，无等人天导师赞。

《吉祥鬘经》中云：“谁修四无量，得善逝垂念，功德无有量，超过虚空界。”

乙十、四无量心为诸佛之遗迹：

皈依余师为劣道，持四无量此正道，
趋向解脱无垢染，三世诸佛前后迹。

《瑜伽师地论前释》中云：“此四无量心是趋向解脱之道，其余为颠倒之邪道。”

乙十一、宣说二获得之理：

因乘承许如种芽，方便智慧生二身，
果乘承许身二障，遣除依缘悲方便，
实一空性大悲藏，因果二乘同实修。

因乘中多数承认二资粮是获得二身之因。《六十正理论》中云：“此善愿诸众，积累福慧资，福德智慧中，获得二妙身。”密宗承认遣除

[60] 唐译：善住梵住人，远离彼诸恶，生死不能污，不舍济群生。



身之二障，需要实修甚深方便与智慧二种资粮。显宗与密宗共同承认修四无量心是得果之助缘，因为都要修持空性大悲藏。

乙十二、如是修持之摄义：

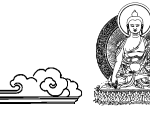
经说无始善种子，未作本来即存在，
密许本来具三身，遣除客障显密同，
总之经续诸道一，诸成就者说内外，
是故佛子后学者，当勤修持四无量。

末转法轮承认，众生本来具足自性清净之佛性功德，通过修道方可生起此功德。密宗承认的众生普遍存在自性坛城这一观点将于下文中广说。这两种说法实际上无有差别，都承认一个本基、方便智慧二资之道以及三身五智之果。因此，大阿阇黎莲花生大士等大德说显宗为外乘，密宗为内乘。所以，诸位应当精勤修持四无量心。

甲十、回向本品善根：

如是寂性之善说，尽除众生心污垢，
令入歧途劣道者，疲劳心性今休息。

以此法理善说所散发出如秋月般的光芒力，将入声闻缘觉道、外道、不圆满道、三有道者疲倦之心的烦恼污垢黑暗悉皆驱散，令彼




等在功德池、绚丽花园衬托的稀有美妙解脱的林苑中得到休息。

犹如秋季满月饰天空，此法完美无缺明月光，
启开百倍信心之睡莲，愿以此光照耀诸众生。
净心山王利乐海环绕，四周四无量心四洲饰，
美妙世界善资铁围山，愿成有情生存之根本。
三地游舞寂静云朵中，闪电降下稀有善资雨，
发出悦耳四无量苍鸣，祈愿利乐无边后代众。

大圆满心性休息中第七品
四无量心释终







第八品　发菩提心

趋入佛子如海行之发殊胜菩提心品分三：一、修持诸法根本之二菩提心；二、广说真实发心之理；三、回向本品善根。

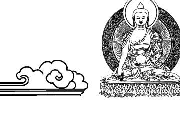
甲一、修持诸法根本之二菩提心：

现在宣说发殊胜菩提心，先承上启下：

如是善修无量者，修诸法根二觉心。

世间出世间诸法之根本、诸道之核心、一切众生之引导者、迅速趋向无上宫殿之乘即是殊胜意乐菩提心，因此应当学修发菩提心。《弥勒请问经》中云："弥勒，菩萨若具一法，则弃离诸恶趣、不为恶友所控制、速得无上真实圆满正等正觉佛果。何为一法？即殊胜圆满意乐之菩提心。弥勒，若具此法，则离诸恶趣，不为恶友所控制，迅速成就无上真实圆满正等正觉菩提佛果。"《菩萨契经》中云："欲速得无上真实圆满菩提佛果者，当学修殊胜意乐菩提心。"

甲二（广说真实发心之理）分十：一、宣说菩提心利益；二、宣说菩提心之本体；三、发心仪轨；四、三诵之必要；五、当生欢喜心；六、学处次第；七、明示二十堕罪及同分；八、分说护持二菩提心；九、修者补



特伽罗之次第；十、修学如来行之方式。

乙一（宣说菩提心利益）分六：一、从三有引向寂灭；二、成为世间之福田；三、增上善根；四、为诸法之根本；五、遣除苦疾获得智慧光明；六、功德广大。

丙一、从三有引向寂灭：

菩提心有什么利益呢？

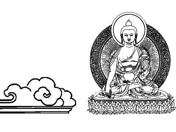
脱离烦恼三有海，遣除一切畏忧罪，
摧毁业与痛苦行，引导众生趋寂灭。



依靠菩提心能脱离三有大海。《华严经》中云：“嗟！善男子，菩提心如同救度众生脱离有海之大船。菩提心如同能救脱轮回恶趣恐怖之勇士。”又《弥勒传》中云：“善男子，依靠勇士则不畏一切怨敌，如是诸菩萨依靠发心勇士亦不畏一切恶行之敌。”《入行论》中云：“如人虽犯极重罪，然依勇士得除畏，若有速令解脱者，畏罪之人何不依？”

菩提心能遣除一切忧伤与罪业，《入行论》中云：“欲灭三有百般苦，及除有情众不安，欲享百种快乐者，恒常莫舍菩提心。”又如《大乘窍诀经》中云：“何人生起无垢无上菩提心，彼断绝一切恶趣与八无暇，此人通达并修持人天之道，不成盲聋，诸根具足。”

菩提心能焚尽业惑干薪如同烈火，《入行



论》中云："菩提心如劫末火，刹那能毁诸重罪。"《弥勒传》中云："菩提心能焚尽一切罪，故如劫末火。"

此外，菩提心也能引导众生脱离三有获得佛果，《入行论》中云："无量众生依于此，顺利能获最胜乐。"

丙二、成为世间之福田：

具有发心之人：

虽无现行菩提心，悲心善根日益增，
纵入根本慧定时，智慧方便亦双运。
身语所作皆具义，成为世间应供处。

具有得而未失之发心戒者，即使心处于无分别而入定时，也是与智慧相联，甚至在无心五位福德也会增上。无心五位是指极睡眠无心、极闷绝无心、无想定无心、灭尽定无心、无想天无心。如《三十颂》中云："远离意识者，眠闷绝无心，以及二等至，无想天无心。"如若具有得而未失之菩萨戒，福德就会不间断存在。《入行论》中云："何时为度尽，无边众有情，立志不退转，受持此行心。即自彼时起，纵眠或放逸，福德相续生，量多等虚空。"

此外，具菩提心者所作所为均有意义。《华





严经》中云:“善男子,发殊胜菩提心者,彼身所作语所言心所想皆具义,恒时唯成善法。”一切无记行为与善行虽然没有立即以现行发心摄持,但因有得而未失之发心摄持,所以属于随解脱分善。具菩提心者成为世间应供处。如《华严经》中云:“发菩提心者乃天等一切世间之大福田。”

丙三、增上善根:

余善果劣将殆尽,发心摄善不尽增,
犹如水入澄清海,良田庄稼极茂盛。

哪怕是一滴水流入大海,数劫中非但不会消失反而会增长,良田里栽种一棵苗芽也会茁壮成长,发心所摄持的善法也与之相同。《弥勒请问经》中云:“弥勒,譬如,流入大海之所有水经数劫亦不尽,弥勒,如是为发心所摄之善法直至成就无上正等菩提之间不会耗尽;弥勒,又譬如,肥沃土壤可令任何种子茁壮成长,如是以菩提心所摄之善根亦将不断增上。”

此外,随福德分善如芭蕉树一样结一次果就会耗尽,但以菩提心所摄持之随解脱分善并非如此,虽然已经生出暂时、究竟的无量乐果,仍不会殆尽,反而增上,如同硕果累累的妙树。《入行论》中云:“其余善行如芭蕉,果实生已



终枯槁，菩提心树恒生果，非仅不尽反增茂。”《佛说大乘庄严宝王经》[61]中云：“文殊，各种妙树皆以四大所摄护而增上，文殊，如是善根若为菩提心所摄并回向遍知佛果则增上。”

丙四、为诸法之根本：

诸法根本大悲心，于世间亦多乐果，
寂灭自性大觉因，故当勤发珍宝心。

《梵天请问经》中云：“梵天，此殊胜意乐菩提心即是诸法之根本，故如种子。何以故？种子可生出苗芽、叶花、果实，如是依殊胜意乐可于人天之中享受安乐，复成就遍知佛果。”《教王经》中云：“大王，汝因无上真实圆满菩提心之善根异熟而感，多次转生于天界享受安乐，多次生于人间享受快乐，今亦成为人天之君主，然大王汝之菩提心善根仍不增不减。”

丙五、遣除苦疾获得智慧光明：

此外，菩提心还有无量功德：

此心增福如意瓶，治愈众疾之妙药，
智慧日轮除恼月，亦如虚空无垢染，
功德无量如群星，恒时利乐之自性。

[61] 《佛说大乘庄严宝王经》：全书四卷半又二品。印度佛学家姿纳迷札等与西藏译师智军由梵译藏并校订。宋代天息灾由梵译汉。





《华严经》中云："菩提心乃一切佛法之根本，故如种子；能增上一切众生之善法，故如田地；焚烧一切罪业，故如劫末火；能灭尽一切不善业，故如地下[62]；成办一切利益，故如摩尼宝；能拔出沉溺于轮回海中之众生，故如铁钩；为人天非天等世间之应供处，故如佛塔；能实现一切所愿，故如妙瓶。"《入行论》中云："灭死胜甘露，即此菩提心；除贫无尽藏，即此菩提心；疗疾最胜药，亦此菩提心。彼为泊世途，众生休憩树；复是出苦桥，度众离恶趣。彼是除恼热，东升心明月；复是璀璨日，能驱无知霾。是拌正法乳，所出妙醍醐。于诸漂泊客，欲享福乐者，此心能足彼，令住最胜乐。"

丙六、功德广大：

菩提心之福德云，不可思议无有量，
如来功德极稀有，广如法界无边际。

如是具有菩提心者可受持无量佛法。《菩萨契经》中云："舍利子，菩萨大菩萨若具一法，则普皆受持此等及其他无量佛法。何为一法？即圆满意乐之菩提心。舍利子，菩萨大菩萨若具此一法，则普皆受持此等及其他无量佛法。"

[62] 如地下：藏文中就是这样，不知引申为何义？请智者们观察。



同样，如果具有清净心，则佛陀也会显现种种法相加持他。《摄正法经》中云：“世尊，圆满意乐乃诸法之根本，何者不具意乐将远离一切佛法。世尊，若具圆满意乐即使佛不在世，然虚空、墙壁、树木亦发出法音，意乐清净之菩萨自己观察中亦可获得一切窍诀、教法，是故菩萨当具圆满意乐。世尊，譬如，具有双足方可行走，如是何人具有意乐方可具佛法。世尊，譬如，肢体中首先当具头颅方可生存，如是具有殊胜意乐者方可成就正觉菩提。”

发菩提心是对如来的殊胜供养。《德施请问经》中云：“佛刹遍七宝，谁以此供养，世间之怙主，谁人作合掌，发起菩提心，此供胜前者，福德无边际。”《月灯经》中云：“俱胝那由他刹土，所有无量诸供品，恒时以此供圣士，不及慈心之一分。”《无边法门经》中云：“梵天，有三法是对如来之无上供养、承侍，福德无量。何为三法？即发无上真实圆满菩提心、受持诸善逝之正法、如理修持所闻之法义。梵天，此三法是对善逝之无上供养、承事。梵天，设若如来寿住数劫，此等真实供养之异熟亦会耗尽，而此三法之福德利益不会耗尽。”







此外，具菩提心者可从恶趣中解脱，获得殊胜寂灭等有无量不可思议之福利，是应礼处。《入行论》中云：“生死狱系苦有情，若生刹那菩提心，即刻得名诸佛子，世间人天应礼敬。”并且菩提心可使低劣变为殊胜。《入行论》中云：“犹如最胜冶金料，垢身得此将转成，无价之宝佛陀身，故应坚持菩提心。”《不可思议秘密经》中云：“菩提心福德，倘若有色相，遍满虚空界，较彼更超胜。”《华严经》中云：“总之，诸佛出有坏所具之一切善妙功德，即此发菩提心之善妙功德，故其广如虚空与法界。”

这样的菩提心，佛陀为了饶益众生而宣说的。《入行论》中云：“佛于多劫深思维，见此觉心最饶益。”具菩提心之菩萨受到赞颂，此菩萨即是大福田，若有人嗔恨他，则罪过无量，其果报将堕于恶趣。《入行论》中云：“博施诸佛子，若人生恶心，佛言彼堕狱，长如心数劫。”此外，《寂灭决定幻化经》中云：“文殊，于菩萨生嗔心、轻蔑心多久将于地狱住多久，故当披上铠甲。”

相反，若以信心对菩萨做善事，也会使福德增长。《入行论》中云：“若人生净信，得果较前胜。”如何增长呢？《趋入定不定手印经》



中云："文殊，恒持菩提心。譬如，将十方世界中一切众生之双目挖出，有人将彼等复原，或者将关于漆黑监狱中之十方世界一切众生释放，令彼等享受转轮王或梵天之安乐，若有善男子善女人以信心目视大乘信解菩萨，且赞颂之，则福德胜过前者无数倍。"

此外，即使以烦恼心眼看菩萨，也不会堕入恶趣，而会转于善趣，更何况说以信心目视菩萨呢？《宝积经》中记载："昔日有一位乐生菩萨相貌庄严，令人见而生喜。一次，他于舍卫城化缘时，商主之女胜德母见到他后欲火中烧，以致于命绝身亡，死后转生于三十三天，当时成为天子的他回忆起前世，不禁暗想：奇哉！以贪心而视菩萨，竟然也能获得如此异熟果报，更何况说以信心目视、供养菩萨呢？于是他与五百天人眷属一起来到乐生菩萨前供养鲜花。"

另外，即便是因为对菩萨无有信心而堕入恶趣，最后也会依靠菩萨大悲救护而脱离轮回的，以信心结缘颇有意义并且可以速得菩提。《宝积经》中云："何者虽于菩萨造恶业，且以此转生于恶趣，然依彼菩萨大精进亦可解脱，获得无上菩提。"《入行论》中云："若人因见





我，生起信憎心，愿彼恒成为，成办众利因。”又云：“谁令怨敌乐，皈敬彼乐源。”

乙二（宣说菩提心之本体）分七：一、总说愿行菩提心；二、广说各自之自性；三、愿菩提心之利益；四、相应之比喻；五、行菩提心之利益；六、圆满资粮之理；七、当生欢喜之理。

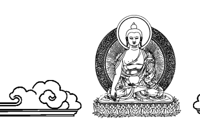
丙一、总说愿行菩提心：

发心为利无量众，欲获真实正等觉，
此心可分为二种，即是愿行菩提心。
意乐发愿实际行，犹如欲行与正行。

所谓的发心就是为了利他而欲求成佛。《现观庄严论》中云：“发心为利他，求正等菩提。”心是指认知事物之本体，心所是指观察对境之差别，此处可承认生起心的同时顺便生起心所，发起希求心的同时顺便可获得发心。

发心之本体分二：即愿菩提心与行菩提心。愿菩提心是指希求获得菩提，行菩提心是指行持菩提法，以意乐发愿与真实行持如同想要去与正式去。《入行论》中云：“略摄菩提心，当知有二种：愿求菩提心，趣行菩提心。如人尽了知，欲行正行别，如是智者知，二心次第别。”

应当了解菩提心诸多分类的方式。菩提心也可分为世俗菩提心与胜义菩提心二种。《涅



槃经》中云："世俗胜义别，分二菩提心。"即是以凡夫与圣者之发心或者以缘外众生与缘内心性而称为世俗与胜义菩提心。《发大菩提心经》中云："迦叶菩萨请问世尊：'世尊，当如何发心？'世尊告言：'诸法如虚空般无相本来光明清净即称为菩提，生起与彼相应前所未生之心宝即谓发菩提心。'"

观待三戒或者三学而言有三种发心。《中般若经》中云："防护罪业心，摄集善法心，成熟众生心，当勤三发心。"

发心又可分为四种，即资粮道加行道之信解行发心、一地至七地之增上清净意乐发心、三清净地之异熟发心、佛地之断障发心。《经庄严论》中云："诸地信解行，增上净意乐，异熟利他众，断障四发心[63]。"

也有资粮道、加行道、见道、修道、无学道之五种发心。《般若二万颂》中云："初业者发心，修炼者发心，见法者发心，解脱者发心，不可思发心，须菩提，未入道者当入道，已入道者当修炼，当具天眼，当修圣道谛，当获得无垢佛眼。"

[63] 唐译：信行与净依，报得及无障，发心依诸地，差别有四种。



观待六度也有六种发心。《般若二万颂》中云：“具六度之心广大无量，与一切声闻、缘觉皆不同。”

观待十度有十种发心。善天尊者说：“如是当以内在真实禅定观修十种菩提心。”

按照地道分界有二十二种比喻发心，依据《慧海请问经》中所说之义于《现观庄严论》中云：“如地金月火，藏宝源大海，金刚山药友，如意宝日歌，王库及大路，车乘与泉水，雅声河流云，分二十二种。”此等比喻的意义，按次第而言，《现观庄严论释》中云：“欲乐、意乐、增上意乐、加行、布施度、持戒度、安忍度、精进度、静虑度、智慧度、方便度、愿度、力度、智度、神通、福慧二资、菩提分法、大悲与胜观、总持与辩才、正法喜宴、同行之道、具足法身。”

地道分界：欲乐如地，意乐如金，增上意乐如月，此三者依次是小、中、大资粮道之发心；加行如火，此为四种加行道之发心；布施度如藏，持戒度如宝源，安忍度如海，精进度如金刚，静虑度如山，慧度如药，善巧方便如亲友，愿度如摩尼宝，力度如日轮，智度如妙

音，此等依次是一地至十地之发心；神通如王，二资如王库，菩提分法如大路，悲心胜观二者如妙乘，总持辩才二者如泉水，此五者在八地、九地、十地具有；正法喜宴如雅声，同行之道如河流，具足法身如妙云，此三者为十地之发心，以广大智慧与事业利益有情之故。《现观庄严论释·明义疏》中云："初三者为小中大资粮道初业地所摄，下一发心为趋入一地道（加行道）所摄，其下十种发心为极喜地等十地所摄，是见道、修道者之行境。其下五种发心为殊胜道所摄，其下三种发心是以佛地之加行、正行、后行所摄。"如是发心之详细分类为初业地到佛地之间所包含。

有些人将这里最后三种发心立为普光地的说法是不合理的，因为佛陀无有后行发心，即佛陀发心不可穷尽或不见边际，因此这里所说的佛地是指大乘阿罗汉向，也就是说十地有加行正行后行三种发心。如《经庄严论》中云："诸佛子发心，说为犹如云。"所以，二十二种发心是资粮道至十地之间包括的。

若问：佛地到底有无发心？

像有学道那样后来想获得之发心在佛地是

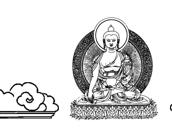


没有的，因为佛已经获得了，而且由于超越了受戒时间也无有以仪轨受菩萨戒之发心，但是佛地却有胜义发心，具有以法性获得之发心，因为此发心得而未失且越来越向上存在，也就是因为具有无舍空性，并以无缘大悲利益众生。《中般若经》中云：“吾以佛眼彻见一切有情皆具发心而越过东方恒河沙数世间界赴至地狱、饿鬼、旁生处，为利乐彼等众生而说法。”

对此二十二种发心，阿阇黎智称认为前三种发心为愿菩提心，后十九种为行菩提心，并说：“欲乐等三类，为三种愿心，所谓之行心，许为十九种。”实际上应该承认每一阶段愿行菩提心都有，因为愿菩提心是寻求菩提的这一分，行菩提心是实际行持差别的这一分，每一阶段二者必须具全。

发心之所依也是同样，依照唯识宗的观点，最初获得发心必须具备别解脱戒七种[64]人之一种这一基础。《菩提道灯论》中云：“别解脱戒律，恒具七种人，菩萨戒有缘，其余不可受。”按照中观宗的观点，凡是有想受发心式意乐的

[64] 别解脱戒七种：别解脱戒之依报有七种，比丘、比丘尼；沙弥、沙弥尼；优婆塞或男居士、优婆夷或女居士；正学女。



任何众生都可以得受菩萨戒，不必非要是暇满人身才能得到。如《宝积经》中云：“尔时说此法门，天、龙、非天、大鹏、大腹行等无数众生皆发无上真实圆满菩提心。”其实，中观与唯识这两种观点也不相违。发心时虽然未命名别解脱戒，实际上都必须发誓不杀生等，从这一点来说所依身份是相同的。意思是说具备不损害众生之心才能得到菩萨戒。如果别解脱戒中任何一戒也不能受持，则无法获得菩萨戒，因为与发心学处相违。总之，想受戒的众生为彼地所摄即是身之所依；信心福德等殊胜心是意乐之所依。《宝箧经》中云：“若信佛佛法，信无上菩提，信诸佛子行，生起智者心。”处所依也是如此，已受戒之人在没有出现失戒之因前一直具有菩萨戒。

发心之因：菩提心由缘佛陀之信心、缘众生之悲心、听闻菩提心之功德而生起。《经庄严论》中云：“助因根本力，闻力善习中，生稳不稳固，称他说发心[65]。”其中所说之义指依靠殊胜道友或者经善知识劝导以及听闻是生起不稳固愿菩提心之初因，自己之善习、觉醒种姓、

[65] 唐译：友力及因力，根力亦闻力，四力总二发，不坚及以坚。



根本悲心是生起稳固行菩提心之因随后而生。

发心之本体：为他利而不离欲求获得圆满菩提的愿行菩提心所摄六度之本体。《华严经》中云："菩提心即始行他利，具愿行自性之诸波罗蜜多。"也就是说，二种菩提心、三律仪及菩萨戒三者的关系只是一本体异反体而已。发心利他并且行持善法即是愿行菩提心。阿阇黎慧源于《能仁密意庄严论》中说："二菩提心即不超离为利他而欲求真实圆满菩提。"三律仪：护持自相续为严禁恶行戒，利益他众为饶益有情戒，增上二资粮等叫做摄善法戒。依靠这一切能防护自相续的一切不善业，故称为菩萨戒。譬如，如意宝一本体上也有遣除瘟疫、赐予所欲、驱散黑暗等不同反体。

丙二、广说各自之自性：

宣说愿行菩提心之本体：

愿心本体四无量，行菩提心许六度。

《弥勒请问经》中云："弥勒，发愿利他即大慈心、大悲心、大喜心、大舍心。真实行持即六度。"

丙三、愿菩提心之利益：





由愿行各自利益差别来了知愿菩提心的利益：

何人俱胝数劫中，供养无量数佛陀，
仅仅为求自利益，福德不及愿发心。

《大涅槃经·法门品》中云：“若人有生年，以无量七宝，卧具及神馐，供养一切佛，不及一刹那，为众发愿心，福德无有量。”又云：“何人一刹那，观修菩提心，彼之诸福德，佛陀不能量。”

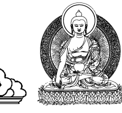
丙四、相应之比喻：

佛说刹那间发心，遣除众生微小苦，
以此可离诸恶趣，享受人天无量乐。

匝哦之女商主因为曾经以四个嘎夏巴、八个嘎夏巴、十六个嘎夏巴、三十二个嘎夏巴货币孝敬母亲而在海岛上受到四名、八名、十六名、三十二名天女迎接，善业穷尽后，又因曾用脚踢母亲的头之恶业所感而步入南方铁室中，旋轮转到头上之刹那，他心想：南赡部洲中许多脚踢母亲头的人也必定会来到这里受苦，愿以我所受的痛苦取而代之，使他们不转生于此。瞬间，旋轮腾空，他死后转生到兜率天。

世尊曾经转生为地狱众生嘉瓦谢达，在拉





火马车时，看到同伴嘎玛热巴拉不动马车，狱卒气急败坏地用火锤击打它，于是对其生起悲心。当它准备代替同伴拉车时，狱卒边用铁锤殴打它边说“众生感受各自业力谁有办法”。刹那间，嘉瓦谢达转生到三十三天。佛在经中宣说了愿菩提心的无量功德。

丙五、行菩提心之利益：

与愿心获得的巨大利益相比，

行心利益更无量，真实行持遍布故，
刹那行持遍胜心，圆满数劫二资粮。

如是由增上意乐引发的真实行为，一刹那行持功德不可限量，甚至仅仅发愿的利益也是无量的。《胜月女经》中云：“仅思利他心，利益尚无量，何况行利益？”《入行论》中云：“仅思利众生，福胜供诸佛，何况勤精进，利乐诸有情？”又如《大密善巧方便经》中记载：从前，大悲商主杀了手持短矛的俗人（短矛黑人），以此圆满四万劫资粮。婆罗门喜星童子在两万年间于林中持梵净行，一次去城中化缘，商主之女见其后祈求成家，因遭到拒绝而想寻死。喜星童子为救她的性命而舍梵行，以此圆满了二万劫资粮……



愿菩提心并非能连续生福德果，而行菩提心则连续不断生福德。《入行论》中云：“愿心于生死，虽生广大果，犹不如行心，相续增福德。”

丙六、圆满资粮之理：

宣说每一刹那可圆满许多资粮，同时遣除浅慧者之邪分别念：

三大劫等诸说法，义为速圆或久圆，
一生解脱依智力，方便精进及胜智，
以此三者而修持，则有无上广大力。

如是极为钝根的诸位菩萨经过三十三阿僧祇劫后成佛，即资粮道、加行道经过三大劫、十地中的每一地各经过三大劫。中根者经过七大阿僧祇劫后成佛，即资粮道加行道各经过两大劫、见道经过一大劫、修道经过两大劫。利根者经三大阿僧祇劫后成佛。阿阇黎巴雪所著的《中观宝灯论》中说：“利根者经三大劫现前佛果，中根者经七大劫，钝根者经三十三大劫。”关于利根者所经三大劫，《经庄严论》中云：“三大劫圆满，修行趋究竟。”《般若八千颂广释》中云：“第一大劫从资粮道开始至一地之间圆满；第二大劫二地至七地之间圆满；第三大



劫从不动地至佛地之间圆满。”

《菩萨地论》中云：“资粮加行一大劫，一至七地一大劫，三清净地一大劫。”意思是说，如同田地边缘以内都算为田地一样，一地已包括在资粮、加行道之一大劫中的说法与《瑜伽师地论》中的意义相同。

如是所说的大劫也是以利根钝根而安立的，利根的三大劫也是根据次第平等积累二资粮而言的，但具有广大心力者每一刹那中便可圆满数劫资粮，因此不需要积累三大劫资粮。密宗就利根钝根而言，心力大者每一刹那便可圆满无量资粮，连续修学迅速一生等可得解脱的说法是合理的。也就是说，获得灌顶后修生圆二次第就进入了小资粮道，之后若依靠大精进与大方便勤修，则即生便可获得见道。获得见道后无生无死而即生可以究竟修道，证得菩提果。即获得见道以后，如果欲求，那么七日也可以成就菩提。《般若二万颂》中云：“获得现见诸法清净法眼之大菩萨，若欲求正果，则七日亦可现前无上菩提圆满佛果。”此后，因圆满自在而随心所欲成办一切事业。声闻、缘觉入大乘者都是依彼圣者身现前菩提的。因此，



将密宗即生解脱推向劣道实在不应理。密宗是以诸多甚深方便获得见道的。见道之前，显宗密宗在精进与方便上有差别。从此之后，极利根的菩萨与趋入密宗持明地的时间无有差别，诸钝根者中修持密宗持明圣者可速得解脱。例如，世间上具有大精进、大方便、大智慧的人可以迅速成办事情，而普通人却无法成办，以此比喻也可理解。续部中说：解脱并非是从一处至另一处，仅仅是净除内在光明心性之垢，而不是修成本基中不成立的他法，因此也称为捷径成就。

丙七、当生欢喜之理：

殊胜菩提心，

此乃悲心之果树，肩负有情之重任，
梵等世间前皆无，为已梦中尚未梦，
何况利他菩提心，前无新生当欢喜。

《入中论》中云：“声闻中佛能王生，诸佛复从菩萨生，大悲心与无二慧，菩提心是佛子因……是故先赞大悲心。”悲心的妙树肩负着指引无量众生之鸟群的重担。殊胜的菩提心，为了利益自己的父母以及世间尊主梵天等皆不具有，自己以前除了仅仅追求今生利益之外并没





有生起菩提心，今日生起了前所未有的菩提心，理应感到万分喜悦。《入行论》中云："是父抑或母，谁具此心耶？是仙或欲天，梵天有此耶？彼等为自利，尚且未梦及，况为他有情，生此饶益心？他人为自利，尚且未能发，珍贵此愿心，能生诚稀有！"如是稀有之心能成办自他二利，也是对如来最殊胜的供养。《入行论》中云："悦众令佛喜，能成自利益，能除世间苦，故应常安忍。"

如果没有发心，就不能获得佛果，为此也应当发菩提心。《菩提心释》中云："未发菩提心，永不得成佛，成办自他利，无有余方便。"

乙三（发心仪轨）分三：一、前行；二、正行；三、后行。

丙一（前行）分二：一、积顺缘；二、七支供。

丁一（积顺缘）分六：一、受戒之对境；二、清净法器；三、布置所依摆放供品；四、幻化会供；五、如是而行之合理性；六、迎请沐浴佩饰。

戊一、受戒之对境：

菩提心从上师生，如摩尼宝降所欲。

如果自己有观想的能力，就在前方的虚空中观想诸佛菩萨众，并在他们面前受菩萨戒。按照《文殊刹土庄严功德经》中所说也可依仪

轨来受戒。《菩提道灯论》中云:“若未遇上师,依轨亦可受。如文殊刹土,庄严经中说,昔日文殊尊,成阿巴日匝,发起菩提心,成为文殊佛,如是此明书:于诸怙主前,发圆菩提心,为诸众生客,救脱出轮回。直至菩提间,不生害嗔心,无有悭吝心,不生嫉妒心。当持梵净行,断除罪贪欲,欢喜持戒律,随学诸佛陀。不希求自我,速得菩提果,纵为一有情,住尽未来际。我修无有量,不可思议刹,若持我名号,住于十方界。我之身语业,一切当清净,亦当净意业,不造诸罪业。”应当依这种方式来发心。倘若自己无有观想的能力或者想从上师处受戒,则珍宝菩提心也依靠善知识而得,如同如意宝中可降下所欲之雨,宝珠中可降下所需之雨,一切善法皆依善知识而获得,生起菩提心也依赖于善知识。为什么呢?因上师具有菩提心并且精通菩提心学处,有能力摄受我们。《二十律仪》中云:“当于持戒精通戒,具能力师前受戒。”又《入行论》中云:“舍命亦不离,善巧大乘义,安住净律仪,珍贵善知识。”《道灯论》中云:“贤师前受戒,通达戒仪轨,己持诸戒律,慈悲能传戒,知此为贤师。”





戊二、清净法器：

无过功德圆满师，为令弟子生欢喜，
当说轮回之过患，以及解脱利益等，
初中后之诸善法，赞颂无边菩提心。

上师通过前面所说的方式宣说轮回之过患与解脱之功德利益以及菩提心赞颂文，转变弟子的心态。

戊三、布置所依摆放供品：

接着是发心的地点：

悦意供品严饰处，陈设佛像等所供。

装饰清洁的房室，散布零星的花朵，安放三宝佛像，摆设香、灯等供品，聚集人天所喜的资具。

戊四、幻化会供：

观想遍满虚空界，如海云聚佛菩萨。

以妙香、乐器等迎接，合掌迎请佛菩萨，念诵一遍《月灯经》中的“发大殊胜菩提心，一切众生成佛因，此无非法器有情，祈盼十力尊降临，及时以自大悲力，垂念众生三宝尊，祈请佛陀及眷属，降临于此意幻处”，观想三宝从十方刹土降临而遍布虚空界。







戊五、如是而行之合理性：

观想彼临极应理，此为自心清净力，

智悲尊主大悲力，佛说如意成所愿。

《宝积经》中云："何人作意佛，能仁住彼前，恒时赐加持，解脱一切罪。"佛陀以遍知智慧了知何人祈祷迎请，以大慈大悲观照，以大神变事业刹那降临，这是一定的。为什么呢？因为佛陀除了利众之外无有其他事业，而这就是利益我等众生。佛陀仅为饮食尚且经远途去化缘，而应为发菩提心积福德之众生的迎请，佛亲自降临更是理所当然的。

戊六、迎请沐浴佩饰：

观想祈请佛菩萨莅临，彼等降临空中。

合掌手捧鲜花后，请住供沐衣饰等。

观想虚空界的佛菩萨从三千世界自处的无量殿降临，请他们落座于日月莲花珍宝垫上。念诵一遍《胜明续》中所说的"一切众生之怙主，摧毁野蛮魔军者，如理了知一切事，祈求世尊临此处"一遍。观想诸佛降临，浴室中有诸多天子天女，手持宝瓶为无量佛沐浴，等待他们沐浴完毕以浴巾拭身，献上妙衣。再念诵一遍"馥郁一净室，晶地亮莹莹，宝柱生悦意，珠盖频闪烁。备诸珍宝瓶，盛满妙香水，洋溢美歌乐，请佛佛子浴。香薰极洁净，



浴巾拭其身，拭已复献上，香极妙色衣，亦以细柔服，最胜庄严物，庄严普贤尊，文殊观自在。香遍三千界，妙香涂敷彼，犹如纯炼金，发光诸佛身。”之后将诸佛菩萨请入室内于各自垫上落座。

丁二（七支供）分三：一、真实七支供；二、净化自相续之理；三、以此可积无量福德之理。

戊一（真实七支供）分七：一、顶礼支；二、供养支；三、忏悔支；四、随喜支；五、请转法轮支；六、请不涅槃支；七、回向支。

己一（顶礼支）分二：一、顶礼方法；二、顶礼功德。

庚一、顶礼方法：

犹如悦意水池中，含苞待放莲花状，
双手合掌妙音赞，幻化无数身敬礼。

合掌方式如莲花苞状。《大解脱经》中云：“犹如莲花苞，合掌于顶上，无数身云聚，顶礼十方佛。”《普贤行愿品》中云：“普贤行愿威神力，普现一切如来前，一身复现刹尘身，一一遍礼刹尘佛。”

庚二、顶礼功德：

大地山海微尘数，三界无有如是福，
获得身礼所覆处，直至金刚大地尘，
同等数量轮王位，究竟获得胜佛果。

三界中无有能等同于为发菩提心而顶礼的福德，因为有人仅为自利而顶礼也能获得许多福德。《毗奈耶经》中云：“诸比丘，汝等以信心顶礼有如来发甲之佛塔，乃至于诸同持梵行者未生嗔心的人之间，其异熟果将享受等同至金刚大地间极微尘数之轮王安乐，且生于人天中。”

己二（供养支）分二：一、略说；二、广说。

庚一、略说：

以真实财意幻供，无上供品作供养。

庚二（广说）分二：一、陈设真实供品；二、意幻供养。

辛一、陈设真实供品：

以香鲜花酥油灯，净水神馐与华盖，
幡旗宝伞乐器声，胜幢拂尘腰鼓等，
身与受用诸资具，供养师尊三宝等。

陈设无量的庄严供品作供养，《入行论》中云：“于诸胜供处，供以香莲花，曼陀青莲花，及诸妙花鬘。亦献最胜香，香溢结香云，复献诸神馐，种种妙饮食。亦献金莲花，齐列珍宝灯。”又云：“金柄撑宝伞，周边缀美饰，形妙极庄严，亦展献诸佛。”







辛二（意幻供养）分五：一、供养天物；二、五种无主之供品；三、有主之供品；四、如海等持之供品；五、不共之供品。

壬一、供养天物：

以诸天界悦意物，无量宫具宝璎珞，
歌舞钹声妙赞雨，百种胜饰作供养。

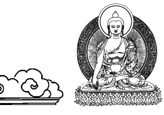
观想遍布三十三天等一切天界的圆满无量殿、妙音赞叹、普降花雨，供养一切殊胜应供处。《入行论》中云："广厦扬赞歌，悬珠耀光泽，严空无量饰，亦献大悲主。"

壬二、五种无主之供品：

以一切清净世界中的无主物作供养：

以林宝山莲花湖，天鹅翩翩而起舞，
药等妙香如意树，垂枝花果作供养。
莲花飘动引蜜蜂，手镯严饰睡莲花，
离云日月光令开，悦意青莲皆供养。
凉风吹拂旃檀树，散发扑鼻之芳香，
山洞岩窟悦意处，清水满池皆供养。
秋季夜晚皎洁月，离曜群星所环绕，
璀璨千光日轮饰，四洲世界皆供养。
铁围山等无数刹，圆满妙欲作严饰，
十方如海尘数刹，悉皆供养佛佛子。

《入行论》中云："鲜花与珍果，种种诸良药，世间珍宝物，悦意澄净水。巍巍珍宝山，



静谧宜人林，花严妙宝树，珍果垂枝树。”又云：“自生诸庄稼，及余诸珍饰，莲花诸湖泊，悦吟美天鹅。”

壬三、有主之供品：

妙瓶宝树如意牛，轮王七宝八瑞物，
七近珍宝广大物，供养应供大悲主。

意幻供养遍满虚空的供品，即以轮宝、宝珠、玉女宝、大臣宝、骏马宝、大象宝、将军宝轮王七宝，白芥子、镜、酪、长寿茅草、木瓜、右旋海螺、牛黄和黄丹八瑞物以及宫室、卧具、靴履、宝剑、衣服、蛇皮褥与林苑轮王七近宝作供养。

壬四、如海等持之供品：

依照《普贤行愿品》及供云咒等观想而作供养：

等持意供遍虚空，内外密之供云海。
鲜花妙云饰美宅，药香甘露之云聚，
灯光神馐乐音云，赞声海云皆供养。

《宝箧经》中云：“美丽鲜花妙华盖，鲜花光彩极耀眼，种种鲜花遍地开，悉皆供养佛佛子。观想掌中诸供品，供养一尊佛陀前，如是







供养一切佛，仙人定幻亦复然。”关于此理《华严经》中也有相同的阐述。又《普贤行愿品》中云：“各以一切音声海，普出无尽妙言辞，尽于未来一切劫，赞佛甚深功德海。”

壬五、不共之供品：

内密供品：

意幻供云无边际，散布美女持鬘女，
歌舞供养天女云，献佛菩萨令欢喜。

观想金刚色女、声女、香女、味女、触女、鬘女、灯女、花女等将各自遍满虚空界的供品供养佛菩萨，并且自己所珍爱的身体也献给三宝作奴仆。《入行论》中云：“浩瀚虚空界，一切无主物，意缘敬奉献，牟尼诸佛子，祈请胜福田，悲愍纳吾供，福薄我贫穷，无余堪供财，祈求慈怙主，利我受此供。愿以吾身心，恒献佛佛子，恳请哀纳受，我愿为尊仆。”

己三、忏悔支：

无始串习之习气，业及烦恼所造罪，
成为三有轮回因，忏悔所有一切罪。

此处宣说忏罪方式分为四个方面：

（一）所净罪业之六门：身语意与贪嗔痴。





对境是父母、亲教师、轨范师等；时间即从无始以来到现在。所忏罪业之本性即十不善业等自性罪，若是出家人，还有不持过午不食等一切佛制罪。《普贤行愿品》中云：“我昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，从身语意之所生，一切我今皆忏悔。”行动包括自做或令他做，或随喜他做，罪业的作用是遮障善趣与解脱道，并将我们牵引到恶趣受苦。

（二）清净方式——四种对治力：对于自己所造的不善业经常生起后悔心为厌患对治力；造不善业之后又精进奉行善法为现行对治力；受戒后不再造罪为返回对治力；依靠三宝与菩提心来灭尽、减轻罪业为所依对治力。《宣说四法经》中云：“弥勒，菩萨若具四法，则能胜伏所造所积之一切罪业。何为四法？即厌患对治力、现行对治力、返回对治力、所依对治力。厌患对治力指若行不善业则多生悔心；现行对治力指虽作不善业亦极为精勤行善；返回对治力指真实受戒后获得不再造罪之戒心；所依对治力指皈依佛、法、僧三宝与不舍菩提心。”

（三）净罪方法有加行、正行、后行。加行时观想无量佛菩萨并皈依。正行时回忆一切





罪业并怀着追悔之心将自他一切罪业于舌尖上观想一黑团而忏悔，结果从佛菩萨白毫间放光瞬间使罪业清净。后行时观想屡屡放射光芒，清净一切罪业，身体变成如水晶球般清净透明。口中念诵《普贤行愿品》或《入行论》中的“我于十方佛，及具菩提心，大悲诸圣众，合掌如是白：无始轮回起，此世或他生，无知犯诸罪，或劝他作恶，或因痴所牵，随喜彼所为，见此罪过已，对佛诚忏悔。惑催身语意，于亲及父母，师长或余人，造作诸伤害。因昔犯众过，今成有罪人，一切难恕罪，佛前悉忏悔”。之后分别观察罪业之本体住于何处，于如虚空般的境界中入定，则可清净罪障。《十方广经》中云：“谁人若欲忏罪净，身体端直观真义，真实义中观真义，若见真义则解脱，此乃殊胜之悔净。”阿阇黎宣说罪业的过患，弟子顶礼、供养，披单搭在左肩，祈祷净除我的罪业。随即上师让弟子皈依、发心后观想罪业集于舌尖，念诵三遍“我曾于三宝、堪布、阿阇黎、父母以及其他众生前以贪嗔痴所造的一切罪业，今以改过自新之心，于住于十方的佛菩萨前受持菩提心，为获得正觉菩提而发露忏悔，发誓从今以后不再就犯”。之后上师让弟子观修空性片刻。又观想佛菩萨心间放射白光净除身语意之罪业。之后上师问：“你清楚

自己的罪业吗？能否发誓再不就犯？”弟子回答：“我已清楚自己的罪业，并能发誓再不就犯。”上师说：“如此便能净除罪障。”弟子说：“感谢上师赐予忏悔的机会。”

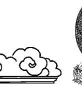
（四）依此可清净罪业之理：《弥勒狮吼请问经》中云：“愚者造恶业，不知忏悔罪，智者忏悔罪，不与业同住。”《广戒经》中云：“何人造罪业，依善可清净，如日月离云，照亮此世间。”《佛藏经》中云：“纵杀父母与缘觉亦可依修空性而解脱。”《业分辨经》中云：“造极难忍业，谴责己可轻，猛忏与戒犯，可除罪根本。”《亲友书》中云：“何人昔日极放逸，尔后行为倍谨慎，如月离云极绚丽，难陀指鬘见乐同。”

己四、随喜支：

众生无量之福德，恒时我诚作随喜。

若诚心随喜自性善，则能获得同等善根，并且具有无量福德。《般若摄颂》中云：“三千须弥可称量，随喜善根不可量。”深深思维此理而诚心随喜。《普贤行愿品》中云：“十方一切诸众生，二乘有学及无学，一切如来与菩萨，所有功德皆随喜。”





己五、请转法轮支：

为度一切诸众生，请转无上妙法轮。

观想：如佛陀出有坏成佛后不说法经梵天供养法轮祈求而说法一样，自己也于上师善知识前祈请说法，《普贤行愿品》中云：“十方所有世间灯，最初成就菩提者，我今一切皆劝请，转于无上妙法轮。”以此净除舍法罪障，从今起生生世世自心不离正法传承。

己六、请不涅槃支：

乃至有海未空间，祈请住世不涅槃。

犹如昔日珍达居士祈请我等本师释迦牟尼佛不涅槃一样，所有世间界中安住的一切出有坏佛陀、上师善知识最后准备涅槃时，我们应祈请他们乃至轮回未空前长久住世。如《普贤行愿品》中云：“诸佛若欲示涅槃，我悉至诚而劝请，唯愿久住刹尘劫，利乐一切诸众生。”以此可净除短寿、横死、他人害命之罪业并且获得长寿。

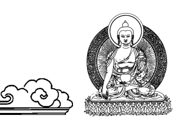
己七（回向支）分二：一、善根回向菩提；二、回向之本体。

庚一、善根回向菩提：

以此善根愿诸众，一同成就正等觉。







以希求圆满菩提并且成为菩提心之因而回向自他之善根。《普贤行愿品》中云:“所有礼赞供养福,请佛住世转法轮,随喜忏悔诸善根,回向众生及佛道。”

所回向的是自他三世的一切善根。《华严经》中云:“众生一切善,过去现未来,回向普贤地,愿皆获善妙。”回向唯求获得佛果。《中般若经》中云:“须菩提,此善根当唯为成佛作回向,而莫为声闻、缘觉及十地作回向。”

回向的目的是为一切众生获得菩提。《中般若经》中云:“即为一切众生而回向,而非仅为自己获得佛果,否则将堕入声缘地之故。”

回向方式:了知诸法无而显现如梦如幻,善根也如梦如幻而回向。《中般若经》中云:“须菩提,当以诸法如梦如幻、善根亦如梦如幻之方式而作回向。”《善贤请问经》中云:“何人布施谁,不缘受施者,平等而布施,愿善贤圆满。”若以有缘或贪执心认为善根是实有存在,则不应理。《般若摄颂》中云:“佛说如食杂毒食,缘于白法亦复然。”又云:“无相回向菩提因,有相回向非如是。”因此我们应当做到无缘、无执而回向善根。《现观庄严论》中云:



“无所得行相，不颠倒体性。”

庚二、回向之本体：

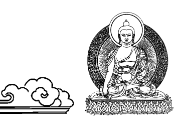
将善根转为菩提之心与具有殊胜加持之愿文相结合而作回向。《文殊刹土功德庄严经》中云：“诸法依缘生，住于欲乐上，何人发何愿，如是而实现。”

回向与发愿之差别：将已作的善法以念诵愿文和心愿作印持称为回向；自己立誓要作尚未作的善法称为发愿。回向主要是依靠施主的欲乐与谛实语之威力而转向菩提等的。可是如今却出现一些阿阇黎自己作回向的现象，这是因为施主不懂得如何作回向。本来，施主是真正的回向者，上师及僧众的心应当随施主所念的回向文，边祝愿彼等顺心如意边念诵。回向文应当是一地以上菩萨所说的成实语，不能是随随便便而作的一般回向文，因此我们也应当念诵圣者所造的回向文。回向时，作回向者观想前方虚空中诸佛菩萨如云密集，念诵昔日世尊转为慈力王以自己血肉布施罗刹时所诵的回向文“此福愿获遍知果，摧毁作害之怨敌，救渡众生皆摆脱，生老病死三有海”。

有些人说：以空性印持作回向极不应理，







如此作有何用，本来就是无缘的嘛？这是他们未明白此义的表现。所谓的无缘是指所回向的善根如梦，作回向者如梦，回向对境如梦，即三轮体空、无有实执之义，若只观修无有任何善根的空性则显然是断见，所以我们必须断除此种邪见。

总之，无论做任何善事都应以加行菩提心殊胜、正行无缘无相智慧殊胜、后行如梦如幻回向殊胜摄持，应当了知若与三殊胜相联，则是所谓的随解脱分善，成为佛道之因。相反，若未以三殊胜摄持，则是所谓的随福德分善，获得一次各自之善果后便穷尽。

戊二、净化自相续之理：

修七支供之必要：

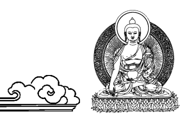
犹如洗净之布匹，染色色彩极鲜明，
以此前行净相续，明现正行之胜心。

若有障碍生起菩提心的垢染，则无法生起菩提心。若净除障垢，则可生起菩提心，如同脏布上无法染色，印染者洗净布后才能染色一样，首先修七支供有这种必要。

戊三、以此可积无量福德之理：








此福德果无有量，遍布法界虚空界。

《德藏请问经》中云：“何人作合掌，观十方诸佛，顶礼作供养，随喜诸福德，忏悔诸罪业，祈请转法轮，祈请不涅槃，彼之福德量，恒时遍虚空。”

丙二、正行：

加行完毕之后，

三诵皈依佛法僧，祈佛佛子垂念我，
如昔善逝及菩萨，发菩提心守学处，
我今为利诸有情，发菩提心守学处，
未救护者我救度，未解脱者令解脱，
未得安慰我安慰，令诸众生得涅槃。

念诵三遍：“我名某某者从今乃至菩提果之间皈依二足至尊诸佛出有坏，皈依离贪寂灭至尊正法，皈依诸众至尊不退转圣者僧众。”再诵三遍：“祈祷十方诸佛垂念我，祈祷住十地诸大菩萨垂念我，祈祷诸大金刚持上师垂念我，如往昔十方诸佛出有坏、住十地大菩萨为利一切众生而发殊胜菩提心，我名某某也自此乃至菩提果之间为利一切众生而发广大菩提心。未救度者救度之，未解脱者令解脱，未得安慰者安慰之，未得涅槃者令得涅槃。”或者念诵“祈祷诸佛出有坏垂念我，祈祷住十地诸大菩萨垂念我，祈祷诸大金刚持上师垂念我”一遍，其后再念诵《入行论》中的“如昔诸善逝，先发菩提心，复此循序住，菩萨诸学处；如是为



利生，我发菩提心，复于诸学处，次第勤修学”三遍。

丙三、后行（略说精进修二菩提心）：

当于昼夜三时中，勤发二种菩提心。

通过发二种菩提心可趋入菩萨的行列，因此应当护持学处，勤于利益自他之事业，此后恒时以仪轨受菩萨戒。

如是而行可使菩提心增上、明显等有诸多必要。

乙四、三诵之必要：

一诵发愿菩提心，二诵发行菩提心，
三诵可令愿行心，获得稳固与清净。

《海云经》中云：“第一诵、第二诵、第三诵分别发起愿心、行心、令二者更加稳固到顶点。”愿行菩提心是一本体，并非是异本体，从仪轨来看似乎不同，但这是从三种不同念诵而生起的不同反体之发心，而并非是异本体的，因为这三者是一心体、一时间、一作用之本性。《菩萨地论》中云：“当了知愿行此二心，本体无别，同为他利之无别自性。”

乙五、当生欢喜心：

从发起菩提心时起，



从即日起我成为，诸众生存之根本，
亦得佛子菩萨名，不畏三有利众生，
恒时唯勤行饶益，以使人生具实义。

从获得菩萨戒那一时刻起，直至未失去菩提心之间即称为菩萨，我们切莫有损自己的善良种姓，而应当令菩提心增上，数数生起欢喜心，直接或间接利益众生，即便无有利生的能力，也必须发愿。《入行论》中云：“智者如是持，清净觉心已，复为增长故，如是赞发心：今生吾获福，善得此人身。复生佛家族，今成如来子。尔后我当为，宜乎佛族业，慎莫染污此，无垢尊贵种。犹如目盲人，废聚获至宝，生此菩提心，如是我何幸！”

若问：菩萨有多少种名称？有十六种。如《经庄严论》中云：“菩萨大菩萨，智者胜光明，佛子如来因，能胜佛苗芽，圣者具妙力，商主殊胜称，广福大悲尊，自在具法者。”

对于获得菩萨戒者立即要广说菩提心之利益，《华严经·第四十品》中记载：“善财童子于文殊前发心后，为寻菩提心学处而从南方去往南方。尔时至尊弥勒正于南方海滨由毗卢佛严饰的‘具藏’宫殿中为数十万菩萨眷属所围

绕而说法。善财童子从五百由旬外望见此情此景后兴奋不已，急忙顶礼。弥勒菩萨见后伸右手为善财摸顶，并向诸眷属赞颂善财童子言：‘且看意乐清净者，坚财之子名善财，寻求殊胜菩提行，来至智者我面前。’又言：‘善来善来慈悲汝，善来弥勒坛城中，善来寂静调柔尊，行持之时疲倦否？’善财童子合掌请问：‘圣者，我若真实趋入无上菩提正道，不知该如何励力而持菩萨行，请您明示。’弥勒菩萨答言：‘善男子，你已为善知识所摄受。何以故？善男子，菩提心乃诸佛法之根本，犹如种子；可令一切众生善法增上，犹如良田……’”直至如点金剂、如珠宝等直接宣说了二百五十种比喻。之后又说：“菩提心具有此等及其余无量利益。”若想详知，当阅此经。

乙六（学处次第）分三：一、应时之理；二、广说自他相换等；三、具足正知正念之理。

丙一、应时之理：

如是发心后当宣说严守学处之次第：

清净善心良田中，生长二菩提心苗，

为令清净及增上，应当严谨守学处。

光明的心性通过发菩提心而变得更为清



净，诸魔外道不能从中作梗。《十法经》中云：“宝珠自性者，光芒之源泉，倘若勤擦拭，较前胜二倍。具足佛性者，发起菩提心，净二边行境，诸魔不能害。”生长出菩提心苗芽以后，唯当想方设法坚持不退此心，净除垢染，增上善法。其中最殊胜、最主要的学处是守护自心。《入行论》中云：“故我当善持，善护此道心，除此护心戒，何劳戒其余。”又云：“欲护学处者，策励当护心，若不护此心，不能护学处。若纵狂象心，受难无间狱，未驯大狂象，为患不及此。若以正念索，紧拴心狂象，怖畏尽消除，福善悉获至。”

丙二、广说自他相换等：

若问：应当如何护持菩提心、净化菩提心、增上菩提心呢？

为此而广说：

观想众苦自取受，自之安乐施众生，
愿至菩提不离此，轮番修炼施受法。
愿学处修四无量，为断违品当护心，
行心学处行六度，为断违品当精进。

守护愿行菩提心学处即是护持菩提心；为断除二者之违品而精进即是净化菩提心；轮番

修自之安乐与众生之苦相互交换即是增上菩提心。如是菩提心学处若归纳而言，即是常生欢喜、广积善资，唯行善法，肩负起利益一切众生之重任，修自他平等、自他相换。《入行论》中云：“勿怯聚助缘，策励令自主，自他平等观，勤修自他换。”

最初听到利益众生的广大事业与菩萨行，不要想“我怎能做到这样呢”而懈怠，一定要精进而行，这是基础。应当如是思维：低劣的众生尚且能获得人身，我若从今起精进行持必定能成就菩提，佛经中说低劣的有情也能获得菩提，从这一点来看，我成就菩提又有何困难的呢？《入行论》中云：“不应自退怯，谓我不能觉，如来实语者，说此真实言：所有蚊虻蜂，如是诸虫蛆，若发精进力，咸证无上觉。”《妙臂请问经》中云：“妙臂，此外菩萨当如是了知：转为狮、虎、犬、狼、鹰、共命鸟、乌鸦、猫头鹰、蜂虫蚊蝇等众生尚且能获得佛果，我已转为人身，为何不竭尽全力获得菩提，当不退精进而行；妙臂，此外，菩萨当如是了知：成百上千人若已证得佛果，我为何不证不得佛果？”又《宝箧庄严经》中云：“大悲尊主观世



音菩萨至斯里兰卡，见耶扣谋杰大城市粪便处住有成千上万种昆虫，尔时观音菩萨化为蜜蜂形象，发出嗡嗡声，义为顶礼佛陀，其余虫类听此亦随念顶礼佛陀，从而以智慧金刚摧毁二十种萨迦耶见，终皆成为菩萨，名为口香，往生到极乐世界。”

从另一方面来说，无边无际的众生都曾经做过自己的父母，为救度此等老母众生也必须精进修法。何时住于轮回各趣的一分痛苦若少许用于精进修持菩提道上则早已成佛了。遗憾的是，以往未能如是精进以致流转于轮回中，如今若依然如故，则仍将流转，因此我们必须精进修持正法。如果为了他人少许劳苦都不能忍受，那么比此更难忍受、无边际的痛苦必然更是无法忍受，然而一定要忍受。所以应当不厌其烦地修法。《宝鬘论》中云：“（谁住无量时，）为无量有情，求无量菩提，欲无量善法。菩提虽无量，以四无量资，无需长久时，何故不获得？依于无边福，以及无边智，迅速能消除，身心之痛苦。罪感恶趣身，遭饥渴等苦，彼止恶修福，他世无苦楚。由痴生意苦，贪嗔怖欲等，彼依无依慧，迅速得消除。若以身心





苦，全然无损害，乃至世间际，引世何厌离？苦短尚难忍，何况时久长？无苦安乐时，无边有何妨？既无身之苦，岂有意之苦？彼悯世间苦，长久而安住。故成佛经久，智者不懈怠，为尽罪功德，恒常当勤此。”

此外若想：为利众生而长久住于三有中岂能忍受？实际上也并非如此，因为具有菩提心，所以是一种安乐，而不是痛苦，由此也必定能够堪忍。《入行论》中云：“福德引身适，智巧令心安，为众处生死，菩萨岂疲厌？以此菩提心，能尽宿恶业，能聚福德海，故胜诸声闻。故应除疲厌，驾驭觉心驹，从乐趋胜乐，智者谁退怯？”

又因为一切众生是如幻如化如虚空之自性，本来无生而显现，所以实有利众事业是不必要的，为此也当生欢喜心。《亲友书》中云：“当知心如于水面，土石之上绘图画。”又《宝积经》中云：“譬如，纵然经过恒河沙数劫虚空亦无有厌烦、无有灰心。虚空亦无生、无灭、无毁、无散。何以故？虚空无实之故。若任何菩萨了知诸法无实则不生疲厌、失望之心。”应当以此种方式修持菩提道无有厌倦地利益他众。







此外，按照大乘窍诀中所说来思维十三种道理而利益众生。如何思维呢?

（一）如是一切众生都曾屡次做过自己的父母，为父母时无一不是慈爱饶益我，为了报答他们的大恩大德，我也必须利益众生。《涅槃经》中云:“此大地土抟成豌豆许丸用以衡量一有情为自父母之数，则做成之丸可数尽，然一有情为自父母之数却不可胜数。”

（二）若不精勤报答曾经利益过自己的众生，就会被不感恩图报的沉重负担所压，因此为报恩德也必须利益有情。《广戒经》中云:“诸地诸山海，非为我负担，不报众恩德，乃我大负担。”

（三）如果一切众生都幸福快乐，那么也无需饶益。然而，由于他们为了我们造罪而受轮回恶趣痛苦压迫，因此为偿清宿债我也必须饶益有情。

（四）一切众生虽然无不希求安乐，不愿受苦，可是由于对离苦得乐的方法一无所知，以致唯一遭受痛苦折磨，为解除他们的痛苦我也必须利益众生。

（五）无量众生未能蒙受往昔诸佛引导、





调伏，我若不引导他们，则已断绝了大乘种姓，为了那些无依无怙的众生我也必须行利众事业。

（六）为了调化那些由于我执我所执而被烦恼业风所吹的颠倒众生，我也要发愿尽心尽力利益有情。

（七）虽然诸法是无我空性，但众生却未证悟，应当以悲心引导这些如梦有情，若未引导他们，则已泯灭了大悲种姓，由此我也必须成办利他之事。

（八）我已发心利益众生，若未利益则违犯了自己的学处，由此也要成办利他事业。

（九）我漂泊于轮回中也是由于曾对有情生嗔心等烦恼所致，如今此等众生成为我修菩提道之殊胜对境，由此也当成办利众事业。《入行论》中云：“常敬生佛者，圆满达彼岸。”

（十）若直接利益他众则间接可成办自利，由此也必须利他。《入行论》中云：“能成自利益。”

（十一）若利众生则令诸佛欢喜，因此必须利众。《入行论》中云：“悦众令佛喜。”

（十二）发心后若不成办利益众生之事业，







则堕入声缘乘，由此也必须利众。

（十三）处在胜义中我与众生了不可得如虚空般的境界，于世俗中利益如梦般的众生也是无有困难的，由此也当成办利众之事业。

总之，应当发心乃至仅有一个众生未从轮回中解脱前我愿为度之而住于轮回中，日日夜夜无有厌倦地精进，若知晓于百俱胝劫能令一个众生相续中生起一刹那的善心，也应当以最大的勇气尽力而为。《经庄严论》中云："佛子依大勤，成熟诸众生，为他一善心，千万劫不厌。"当以此种方式利益众生。

生起四力：《入行论》中云："信解坚喜舍。"一、信解力：由诚信菩提心功德而断恶行善。《入行论》中云："畏苦思利益，能生希求力。"二、稳固力：如果我未发菩提心也就另当别论了，已发菩提心再舍弃无论如何都成恶业，如是思维以后应当锲而不舍。《入行论》中云："轨以金刚幢，行善修自信。"《入行论》中云："首当量己力，自忖应为否？不宜暂莫为。"三、舍弃力：偶尔在不损害众生的情况下舍弃轻微的学处也是开许的。《入行论》中云："危难喜庆时，心散亦应安，经说行施时，可舍微细戒。"

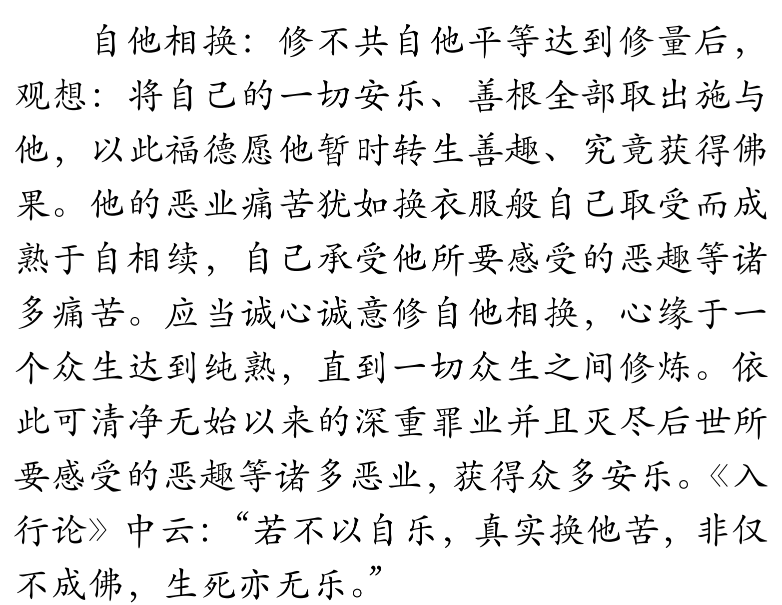
四、欢喜力：以欢喜心成办利众事业受持学处。《致弟子书》中云："谁为他利纵然断头颅，亦睁如莲欢喜目视之，为自利处白伞所遮地，亦将视为锐利之剑锋。"当以此种方式发心。善法是所应实行或者是善趣与解脱之因，故当恒时行持。《入行论》又云："因昔净善业，生居大莲藏，芬芳极清凉；闻食妙佛语，心润光泽生；光照白莲启，托出妙色身，喜成佛前子。"

应当视众生为我所，因为一切众生无不成为过自己的父母与亲友，故当利益彼等，而且众生是修持菩提之福田，由此也当饶益他们，又能令佛欢喜，因此也该成办利众事业。《入行论》中云："修法所依缘，有情等诸佛，敬佛不敬众，岂有此言教？"又云："为令如来喜，止害利世间。"

修自他平等有共同与不共二种，共同自他平等的修法在修四舍无量心品已宣讲过。不共自他平等：如对一个怨敌，首先对其作母亲想，再观想：如同自己向往暂时获得安乐、究竟成就佛果一样，他也无有差别，所以愿我能尽力利益他。从一个众生到等同虚空际的一切众生之间而观修。



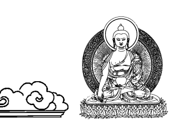




自他相换：修不共自他平等达到修量后，观想：将自己的一切安乐、善根全部取出施与他，以此福德愿他暂时转生善趣、究竟获得佛果。他的恶业痛苦犹如换衣服般自己取受而成熟于自相续，自己承受他所要感受的恶趣等诸多痛苦。应当诚心诚意修自他相换，心缘于一个众生达到纯熟，直到一切众生之间修炼。依此可清净无始以来的深重罪业并且灭尽后世所要感受的恶趣等诸多恶业，获得众多安乐。《入行论》中云：“若不以自乐，真实换他苦，非仅不成佛，生死亦无乐。”

对此，有些人说：“如云‘诸法依缘生，住于意乐上’，如此代受众生之苦是不合理的，因为自己将永远堕于轮回中之故。此外造不善业时若以意乐回向菩提，则也应成善法，因具有殊胜意乐而回向之故。”虽然此言属于魔王的论调，但也应当予以答复：按照你们的观点来说，若因利他发无边宏愿而漂泊轮回，那么文殊菩萨也应当漂泊于轮回中了。因其所发之愿中言“为每一众生，甘愿住后际”故。

所谓的自他相换实际上并没有与众生直接相换，如果直接相换也是极妙的，因为如此也



是广大福德。观想相换的众生与自己二者都是自心，而且他人的痛苦不会成熟于自身，自己的安乐也不会迁移到他身。佛在经中说业果不移，《百业经》中云：“自造之业不能移于他，他众之业亦不成熟己，自受自己所积之业果，一切众生为业暗所遮。”

罪业不是善根，不能作为回向之因，而只是恶趣与痛苦之因。经中也说“此善根回向无上菩提”，任何经中均未说过“此罪根回向无上菩提”。所以，具有善根以意乐回向可成为菩提之因，不能作为因即使回向也不会成为菩提之因，就像将此虚空回向菩提也不会成为菩提之因一样。因此，这种观点甚至想也不能想、听也不能听，更何况说真正跟随承认了。

关于清净、增上菩提心之理下文中还有说明，在此不作广说。

丙三、具足正知正念之理：

恒以知念不放逸，断恶行持如海善。

依靠正知、正念、不放逸，可防护戒律根本之自心，使其不被烦恼所染污。即应当以正知、正念、不放逸来守护自心。忆念（受持菩提心之）功德与（失毁菩提心之）过患而不失



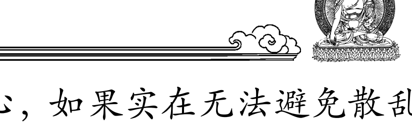


正念，忆念菩提心之本体而不失正知，如箭弦般小心谨慎至关重要。为什么呢？如果失去正知正念，则失毁善法，罪业刹那间无勤而产生。《入行论》中云："惑贼不正知，尾随念失后，盗昔所聚福，令堕诸恶趣。此群烦恼贼，寻隙欲打劫，得便夺善财，复毁善趣命。故终不稍纵，正念离意门，离则思诸患，复住于正念。"必须以了知菩提心之利益与失菩提心之过患、轮回过患与涅槃功德等清净正知而护心。例如，世间的老人历尽沧桑，知晓善恶，从而弃恶从善。因此，日日夜夜应当具足正知而修持一切善法，并且观察自己之三门善与不善业出现的情况如何，以石子等方式计善恶之数而断恶行善，这是护持正知。《入行论》中云："再三宜深观，身心诸情状，仅此简言之，即护正知义。"如是主要护持正念正知。彼论云："合掌诚劝请，欲护自心者，致力恒守护，正念与正知。"

此外还要以不放逸来守护自心，依靠自己对治烦恼为知惭，担心被他人耻笑而防护不善业为有愧，知惭有愧才是不放逸之本体，故当依此而防护烦恼。此外，也要具足断除烦恼修持解脱善法之不放逸。《大乘阿毗达摩杂集论》

中云："何为不放逸？无贪、无嗔、无痴，具足精进而修习诸善法，守护自心防止一切有漏法，可成办世间、出世间一切善妙（，乃为不放逸）。"也就是说，若具足不放逸则可实现一切善法、善妙，若不具足，则无法实现。佛经中也说不放逸为一切善法之根本。《亲友书》中云："佛说不放逸甘露，放逸乃为死亡处，是故汝为增善法，当恒敬具不放逸。"《三摩地王经》中云："布施持戒安忍等，所说一切诸善法，根本即此不放逸。"《顶宝龙王请问经》中云："何为不放逸？凡行持诸善法者皆为不放逸。菩萨不放逸能庄严菩提果；不放逸是菩提分诸法之根本；成就智慧诸法之来源；积累受持一切善法；不毁昔所闻之法；摄受一切应摄之法；远离一切障碍之法。"

若未以正知正念不放逸摄持，则以前所具有的闻法等功德也会失毁，仅有的信心、闻慧、精进也被堕罪之垢所染而变得不清净，以致于不能从轮回恶趣中解脱。《入行论》中云："心无正知者，闻思修所得，如漏瓶中水，不复住正念。纵信复多闻，数数勤精进，然因无正知，终染犯堕垢。"也就是说，时时刻刻应当观察自



心，如果实在无法避免散乱，则应当行持顶礼、转绕等散乱性的善法，万万不能增长不善业。住于静处时也应当修持禅定等胜义善法，不要浑浑噩噩度日。

所做任何一件事尚未圆满之前不能从事许多其他事，因为如此会成为所做之事的违缘。诸如布施之时，持戒虽然也很殊胜，但应当在不破戒的基础上，暂且放下持戒，精进布施。因此观察此等之时间、开遮、胜劣之差别是十分重要的。《入行论》中云："经说行施时，可舍微细戒。思已欲为时，莫更思他事，心志应专一，且先成办彼。如是事皆成，否则俱不成。"《匝那嘎论》中云："前事未完办他事，二者不成徒劳因，一足尚未落地前，抬另一足跌倒因。"《入行论》中云："勿因小失大，大处思利他。"《学集论》中云："如同药树未成熟之前应当予以保护，若已成熟则当利他，此身未得圣者位前不能舍弃，当予以保护。"《入行论》中云："悲愿未清净，不应施此身。"以此说明做微小善事时若与广大善法相违则放下小事，六度善法也是要逐层向上而学修，如果出现抵触，则应行持上面的学处，搁置下面的学处。《入行



论》中云："施等波罗蜜，层层渐升进。"《宝积经》中云："何者以喜心，百年作布施，不如一日中，守持净戒胜。"了知此等教证中所说之理而了知场合护持学处至关重要。

于此略说一日中的法行之次第、饮食之次第以及平时的威仪法：首先清晨起床时应当随念三宝与菩提心而起，若发现昨晚梦中造罪则应立即忏悔，若梦中行善则当随喜，因为白日与夜晚心之习气相同。《中般若经》中云："舍利子，倘若白日修持智慧波罗蜜多而增上，则梦中修持亦增上，梦中与白日无有差别之故。"之后，应当依照前述之仪轨受菩萨戒，因为昼夜所失毁的少许支分戒需要恢复、未失者也需要增上。

享用饮食之时应当随念三宝而将食物分成四份，一份做供养，一份为突然的来客做准备，一份做食子布施罗刹女之子鬼神等，一份自己食用。或者，一份供养三宝，一份供养护法神，一份自己享用，一份布施鬼魔。《摄行论》中云："食当分四份，首先净供尊，其次于护法，广大施食子，自己享用后，余食施鬼魔。"或者，按照律藏中所说将食物分成三份，第一份供养



三宝，第二份为暂时可能到来的沙门、婆罗门或王族准备，第三份自己享用。进餐时应当以四想而享用：于食物作不净想；心中生起厌烦想；为利益腹内虫类而食想；身体作驶向菩提果之大船想。不应以增长贪爱之心来享用饮食。

食量：腹内四分之一空置，四分之二进食，四分之一饮水。《入支论》中云：“腹内二分食，一分为饮料，一分风等住，分为四等份。”或者，依照《十七事·食事品》中所说：“腹内分三份，二份为饮食，一份空放置。”如果饥饿，则对腹内虫类有害、产生各种疾病，并且无力做事；倘若过饱，则有恶臭，许多病原体入内，不能入等持等出现此类过患。《入行论》中云：“已食唯适量。”应当以此方式而用餐。最后以无常观念诵进餐回向文：“愿国王施主，以及城市中，所住诸众生，恒时得安乐。”

行走时，眼观一木轭许处，观察途中含生，心不散乱而行。《般若摄颂》中云：“观一木轭许，行时心不乱。”双目垂视，若有人来，则微笑着说“您好”。出现恐怖之时，可四方观瞧。《入行论》中云：“吾终不应当，无义散漫望，决志当恒常，垂眼向下看。苏息吾眼故，偶宜



顾四方。若见有人至，正视道善来。为察道途险，四处频观望，憩时宜回顾，背面细检索。前后视察已，续行或折返，故于一切时，应视所需行。”之后，到树下等处坐禅或诵经等行持善法。

若有人想在自己前闻法，则应观察其根基，对于心不调柔、略知一二便傲气十足者，应按《月灯经》中所说而言“如你尊者前，我岂敢说法，你乃大智者”等摧毁他人傲慢之词。如果对方实在想听法，则观察其根器后方可说法。讲法时如果对智慧浅薄者说大法，则会导致闻法者因舍法而堕恶趣。《般若摄颂》中云：“闻后愚者舍法因，舍法堕入无间狱。”对大乘根基者也不能说小乘法。《入行论》云：“于诸利根器，不应与浅法。”

如果法师是出家身份，那么在无有陪同者的情况下，不能单独为女士传法，因为如此将成为梵净行之违缘以及他人诽谤之处。《入行论》中云：“莫示无伴女。”又《白莲经》中云：“智者任何时，为女众传法，切莫独与行，发笑或共坐。”对于不恭敬之人等也不能说法。《入行论》中云：“无病而覆头，缠头或撑伞，



手持刀兵杖，不敬勿说法。”

其后，于广阔的地方坐在庄严的狮子座上，无有追求名闻利养等私心而以利他之心传法。《白莲经》中云：“清洁悦意处，敷设宽广垫，绸缎所严饰，身著净法衣，恒无少贪欲，饮食衣卧具，坐垫与法衣，妙药皆不思。不受任何物，智者恒祈愿，我众生成佛，为利世说法，思为我乐具。”当以此中所说之方式而说法。遇到任何众生都不要有我慢、轻视、不敬的态度，而要先微笑再说悦耳语。《月灯经》中云：“如满月柔笑，于男女老幼，恒说正直语，调柔无我慢，智者恒时言，世人悦意语，智者永莫说，生畏散乱语。”因为说悦耳语、赞叹语者自己无有损失，令对方心情快乐。《入行论》中云：“一切妙隽语，皆赞为善说，见人行福善，欢喜生赞叹。暗称他人功，随和他人德，闻人称己德，应忖自有无。一切行为喜，此喜价难估，故当依他德，安享随喜乐。如是今无损，来世乐亦多，反之因嫉苦，后世苦更增。出言当称意，义明语相关，悦意离贪嗔，柔和调适中。”

对于胜过自己者作导师想，与自己同等者作道友想，低于自己者作眷属想，比自己年长



者作父母想，较自己年轻者作子孙想，与自己同龄者作兄弟想，如此恭敬对待所有的人。《十法经》中说：“身语意远离造恶业，于堪布生起本师想，阿阇黎生起堪布想，对同持梵净行之老、幼、中者皆说敬语，恭敬承侍。”《本生传》中云：“谁亦不可离正士，调柔依止善知识。亲近于彼虽未求，彼之功德亦熏染。”

即使是暗地里也不应造恶作罪，甚至不能稍纵放逸。《本生传》中云：“未被见中造罪业，犹如食毒岂得乐，天尊瑜伽士诸众，以清净眼必定见。”思维暇满难得以及佛难出世之理而不放逸。《护境眷请问经》中云：“利世佛陀大仙人，俱胝劫中难出世，今已获得暇满时，欲解脱者怎放逸？”为护持佛法而稍稍保护此身免遭病害并将其作船想，尽力以衣食等调养身体，保持健康，不能以无意义的念修等残忍的苦行折磨身体。《入行论》中云：“念身如舟楫，唯充去来依，为办有情利，修成如意身。”《中观四百论》中云：“虽见身如怨，然应保护身，具戒久存活，能作大福德。”

应当观想无常，希求菩提。《七童女传》中云：“终舍之身命，观如草露珠，若长久修习，





则获大安乐。”一般来说，人们会舍弃财产而保护生命，对于发心等广大佛法，应当不惜生命予以护持。《教王经》中云：“吾为护身舍财产，为护生命舍身财，为护正法可舍弃，财产身体与生命。”恒时观心，发现过失立即舍弃，如此则不会被烦恼所害。《梵天请问经》中云：“若知心过失，智者不依过，心若住正念，获净寂灭果。”

此外，牙签、唾液、鼻涕以及大小便等也应当弃于众人不用之静处掩埋，《入行论》中云：“牙木与唾涕，弃时应掩蔽，用水及净地，不应弃屎尿。”戒律中也说粪便不能弃于水泉等处。

同样，在用餐时我们也应当注重威仪，《入行论》中云：“食时莫满口，出声与咧嘴。”

坐于何处，尤其坐在上师面前、大庭广众之中，身体威仪一定要庄严。不能躺着、放肆、伸足、搓手等，应当端坐，身体姿态尽力做到庄严。《入行论》中云：“坐时勿伸足，双手莫揉搓。车床幽隐处，莫会他人妇，世间所不信，观询而舍弃。”

此外，跑跑跳跳、开怀大笑、弄姿作态等



凡是身语意一切不寂静的行为皆当禁止，缓慢调柔为主。《花鬘论》中云：“歌舞赌博跑跳等，众人皆见且效仿，已入严重罪业门，违越戒律命根因。”如是而行必将远离菩提，因此必须断除放逸行为。《护境眷请问经》中云：“未护三门行放荡，不敬具慢贪心强，不灭烦恼具重惑，此等尽离胜菩提。”

自己相续未寂静调柔之前不能调伏他人。所以首先应当使自相续寂静调柔。《无边功德赞》中云：“自未调柔虽说具理词，言行相违不能调他众，汝思为利无边有情众，自未调柔精进而调柔。”《宝积经》中云：“未度不能度他人；未解不能令他解，盲人无法指引路，解脱者能令解脱，具目者能导盲人。”又《十法经》中云：“我为救度一切众生而精进，为令一切众生解脱而精进，为令一切众生寂静调柔而精进，若自己尚未调柔，不寂静、不护根门，则非为我力所能及，故当寂静、调柔、护根门。”

此外，蒙受他人利益，应当感恩图报，遭受别人损害，则当作为行善与修持菩提之因，一切行为中如慈母般忍耐疲厌，将自己视为比他人低下，行走缓慢，无论办何事、言何语均





具足正知正念不放逸，甚至梦中也要做到不诽谤、不贪嗔他人。

白日上午、中午、下午，夜间初夜、中夜、黎明六时中念诵《三聚经》（即顶礼、忏罪、回向）等功课。《入行论》中云："昼夜当各三，诵读三聚经。"要做到唯以行持善法度日。《经庄严论》中云："佛子诸行为，随根基行境，以合理言词，利众为先行。"

若广说，则如《华严经·清净行境品》中所说："菩萨进入房屋时当发心愿一切众生到达解脱城中；睡眠时发心愿获得佛陀之法身；做梦时观想愿证悟诸法如梦；醒来时发心愿从无明中苏醒；起床时发心愿获得佛身；穿衣时发心愿著知惭有愧之衣；系腰带时发心愿皆结善缘；坐于垫上时发心愿获得金刚座；向后靠时发心愿获得菩提树；点火时发心愿焚毁烦恼薪；火燃起时发心愿燃亮智慧火；饭熟时发心愿获得智慧甘露；进餐时发心愿获得禅定食；外出时发心愿从轮回城中解脱；下梯阶时发心愿趋入轮回利益有情；开门时发心愿开启解脱门；关门时发心愿阻塞恶趣门；上路时发心愿趋入圣道；上行时发心愿一切众生享受善趣安



乐；下行时发心愿断绝三恶趣；遇到众生时发心愿亲睹佛陀；落脚时发心愿饶益众生；抬足时发心愿拔除轮回；眼见佩装饰品者时发心愿获得相好之饰；见无装饰品者时发心愿具足清净功德；见满器时发心愿功德圆满；见空器时发心愿过患空无；见喜爱之众生时发心愿喜爱正法；见不喜爱之众生时发心愿不喜有为法；见安乐之众生时发心愿获得佛之安乐；见苦难众生时发心愿遣除有情之一切痛苦；见患者时发心愿摆脱疾病；见报恩者时发心愿报答诸佛菩萨之恩；见不报恩者时发心愿于邪见者不报恩；见反对者时发心愿能消灭一切外道；见赞叹之情景时发心愿赞叹诸佛菩萨；见他人说法时发心愿获得佛陀之辩才；见佛像时发心愿无碍面见诸佛；见佛塔时发心愿成为众生之应供处；见人经商时发心愿获得圣者七财；见人顶礼时发心愿获得人天导师佛之无见顶相。”

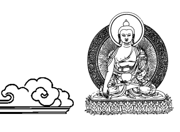
此外，应当对一切无义的散乱事生起厌烦心并观无常。在地上乱涂乱画、草率行事、妄念纷起等出现散乱时，以正知正念立即断除，身体所作、口中所言、心中所想皆应转向正法。晚上睡眠时身势右卧，头朝向北，随念死亡，







将三宝观于自己的顶上，心安住于如虚空般的法性中入眠。《入行论》中云：“睡如佛涅槃，应朝欲方卧。”昼夜（六时中）应当于佛像、佛塔等三宝所依前念诵《普贤行愿品》或得贡瓦巴阿阇黎所著的《七十颂愿文》等发愿。或者诵《菩萨戒二十颂》，此义在《宝鬘论》中云：“诸佛正法僧，以及菩萨前，恭敬皈依毕，顶礼应供处，忏悔罪恶业，广修众福德，有情之福善，一切皆随喜，我稽首合掌，请转妙法轮，乃至众生存，请佛久住世。愿以我作福，已作及未作，有情悉皆具，无上菩提心。愿众皆无垢，根圆离无暇，行为有自在，正命悉具足。愿诸有情众，手中具财宝，资具皆无量，无尽至生死。愿凡诸女人，恒成大丈夫，诸有情慧目，戒足悉具足。愿有情具色，形妙大威光，见喜无病疫，长寿具大力。愿皆通方便，脱离诸苦痛，勤向三宝尊，富有佛法财。愿修慈悲喜，弃惑平等住，施戒忍精进，定慧作严饰。愿圆诸资粮，相好极鲜明，不可思十地，不断而经行。愿我亦具足，彼德余诸饰，解脱一切过，倍悯诸有情。愿诸有情心，意愿皆满足，恒常而遣除，一切众生苦。愿遍诸世界，恐怖



之士夫，听闻我名号，极度畏惧消。愿以见忆我，闻名诸众生，不乱住本性，定得圆菩提，生生世世中，获得五神通。愿于诸苍生，恒常行利乐，愿诸世间界，欲行罪恶者，悉皆无害心，恒常顿遮止。愿如地水火，风药旷野树，众生于恒常，随意而受用。如命爱有情，胜过爱自我，众罪成熟我，我善予众生。纵有一含识，未得解脱间，我虽得佛果，誓愿住三有。”

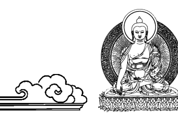
如是昼夜各念诵三遍，则可获得无量福德。《宝鬘论》又云：“故佛像塔前，抑或于余处，一日三时诵，如此二十颂。”“如是所说福，设若具形色，尽恒河沙数，世界不能容。彼是世尊说（，理由此亦明，有情界无量，利彼亦复然）。”

另外，修持菩萨乘三藏中所说之教义而度日。为什么呢？虽已获得了如梦般短暂的暇满人身，但也是如水泡般无常，依此身若未得道，则以后也难以得道。

乙七、明示二十堕罪及同分：

不失二心为学处，国王五堕邪见等，
大臣五堕毁城等，平凡之人八堕罪，
共同二堕廿堕罪。彼之同分为轻罪，



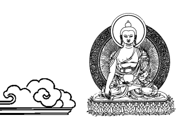




不具此等无堕罪，行善同分即学处。

寂天菩萨依据《虚空藏经》而在《学集论》中宣说了十九种根本堕罪。其中国王五定罪：（一）掠夺三宝财物；（二）惩罚具戒比丘；（三）轻毁出家学处；（四）造五无间罪；（五）持邪见。大臣五定罪：（一）毁舍宅；（二）毁村落；（三）毁乡镇；（四）毁城市；（五）毁都市。平凡人八定罪：（一）对非法器宣说空性；（二）退失大乘道心；（三）舍弃别解脱戒修大乘；（四）自持小乘且令他持小乘；（五）为利养而赞自毁他；（六）说上人法妄语；（七）取受享用三宝财物；（八）将修禅定者之财施与闻思者。再加上舍弃愿菩提心这一共同堕罪，总共有十九种。《宝积经》中所说的二十种堕罪是在前十九种堕罪基础上加舍弃行菩提心。《月藏经》和《虚空藏经》中也明确地宣说了舍弃行菩提心属于堕罪。

如若出现此等堕罪，那就不能称得上是菩萨，因此要精勤忏罪，力求恢复清净。《菩萨戒二十颂》中宣说了下列四种根本堕罪：为谋取利养而赞自毁他；对于求法求财、无依无怙的痛苦者因悭吝而不作布施；不接受他人忏悔反





而以嗔心呵责之；舍弃大乘而宣说相似之法。此四种根本堕罪与他胜罪相同。如颂云："以利养贪心，赞自而毁他，于无怙苦者，悭不施法财，他忏不听受，反以嗔呵斥，舍弃大乘法，宣说相似法。"

凡是追随无著菩萨的后学者均承认四种堕罪。受戒方式：受戒者内心清净则可得到戒体，对于依靠顶礼、供养而使相续稍得成熟之人，上师首先询问其违缘情况，之后传授菩萨学处，进而强调菩萨戒。无论出现四堕罪中的任何一种，都是依照《菩萨戒二十颂》中所说的"大缚罪当重受戒，中缚三人前忏悔，余罪于一人前忏"进行恢复。《菩萨地论》中说出现堕罪的数目超过三次则不能再受。

追随龙树菩萨的后学者也同样承认相续清净可得戒体。受戒方式：弟子先作七支供，上师于如海般的僧众前既不需询问其违缘，也不用传菩萨戒，学处也是防护十九或二十堕罪。恢复方式：祈祷虚空藏菩萨而改正，受多少次都可得戒体。此二种方式分别是唯识与中观的观点。

堕罪之同品：诸如不恭敬是邪见之同品，



其余的轻罪以此类推。断除邪见的善心等称为无堕罪，不染污同品即是无轻罪。凡是所有的善法均为学处，尤其与利他相联之事是真实的学处。

乙八（分说护持二菩提心）分二：一、愿菩提心之守法；二、行菩提心之守法。

丙一（愿菩提心之守法）分二：一、略说；二、广说。

丁一、略说：

所有学处之次第，归纳概括而言即，
应当断除四黑法，谨慎行持四白法。

丁二（广说）分二：一、断除四黑法之教言；二、行持四白法之教言。

戊一、断除四黑法之教言：

欺应供处令后悔，恶语中伤诸正士，
众生之中谄诳行，即当弃此四黑法。

《宝积经·迦叶请问品》中云："迦叶，若具四法则将忘失菩提心。何为四法？欺骗上师及应供处；令不应生悔心者生悔心；以嗔恨心言说发菩提心者之过失；于众生中行为狡诈。"

戊二、行持四白法之教言：

依止一切诸正士，且赞彼等之功德，





劝勉众生行善业，于诸菩萨作师想，
以清净心利有情，即当依此四白法。

四白法：一、断除妄语是利乐有情之根本；二、于诸菩萨作本师想是修道之殊胜助缘；三、以无有狡诈之增上意乐依止、赞叹正士是自己趋向一切善法之基础；四、令一切众生趋入大乘是劝勉众生最初发心之殊胜善法。《宝积经·迦叶请问品》中云:“迦叶,若具四法则不忘失菩提心。何为四法?具足正知不言妄语；于菩萨作本师想；以无有狡诈之增上意乐利益有情；将诸众生真实安置于大乘道中。”所以，我们应当持之以恒护持学处。《三摩地王经》中云:“童子,若具四想则使菩提心稳固。何为四想?于真实善知识作佛想；于彼所说之法作道想；于修持彼法者作道友想；于诸众生作独子想。”

丙二、行菩提心之守法：

利他胜过于自利，故当主要行利他，
此乃菩萨之学处，若成利他可开许，
身语不善实为善，意三永无开许时。
佛说求自寂乐善，亦成菩萨之堕罪，
若他有利行不善，亦为善法当学之。

行菩提心学处有三种守护方式：以断除所







断之方式而守护，以了知所知之方式而守护，以能修所修之方式而守护。

以断除所断之方式而守护：包括了知根本堕罪、心不被烦恼所转、不造无义轻罪以及了知开遮而护心四种方式。前三者前文中已宣说过。最后的以了知开遮而护心之方式是指十不善业中身业语业在特殊的情况下有开许，也就是说在观察成为他利、了知能够利他以及不障自己的善法此三增上品后，对于大菩萨开许七种不善业。

若问：那么在什么情况下对此七种不善业有开许呢？

对此作答：杀生之开许处：诸如大悲商主见到手持短矛的在家人（短矛黑人）为一己私欲而企图杀害许多人，为令他从无边的轮回中获得解脱而杀生；不与取之开许处：诸如有些人虽然富裕却以悭吝之心不作布施，在遭受饥荒生死攸关的危急时刻，为了使贫富二者同时得利而从富人处盗取财物施舍赈济贫困之人；邪淫之开许处：诸如婆罗门乐星童子为了避免她人因贪恋自己而死去，于是与其作不净行；妄语之开许处：诸如为救度必定遭杀的众生而说妄

语；离间语之开许处：诸如为了制止某人受到恶友欺骗，将被引入恶趣而说离间语将二者分开；绮语之开许处：诸如为了使解除苦恼者的痛苦而讲说各种传说故事、滑稽可笑的绮语；恶语之开许处：诸如为制止某些人定是造罪的恶行而说恶语。在此等情况下身语的七种不善业可予以开许，因为这些不善业实际上是善业的缘故。意的三种不善业何时何地永不开许，因为这三者唯成不善业。

有些人说：意业也应该有开许之时，如经中说：文殊菩萨生邪见而入外道中调伏遍行外道徒时，（迦叶尊者）说他犯了生邪见堕罪，佛说文殊无罪。

解释：这些人根本没有真正理解戒律的含义。文殊菩萨在遍行外道中只是身体处于外道中、口中妄说生邪见而已。如果他心中生起邪见，为何有时赞叹三宝功德？所以意（的三种不善）业何时何地也没有开许。

若对方又说：那么身所作语所言的不善业也应成为罪业，如同服毒一般。

此种说法也是不应理的，因为上面提到的身语七种不善业已被善心所摄持，故无有罪过，





就像毒物为密咒加持了一样。《菩萨戒二十颂》中云："具有慈心悲心故，内心善妙无罪过。"

又提疑问说：既然如此，那么《念住经》中为什么说"杀一众生也需在孤独地狱中受炖煮一中劫"？所以一切时分都不应该造罪。

作答：佛陀所说的一切经典全都是相应众生之根基次第而宣说的，我们应当了知佛有时说一有时说多，有时说决定有时说不决定，这些都是互不矛盾的。如《佛语赞》中云："开许中遮止，汝说一或多，有时说决定，有时说不定，相互皆不违。"是故依靠此理而通达了义、不了义、四种意趣、四种秘密十分重要。关于此等内容的详细分类在下文中有广说。

以了知所知之方式守护学处：《经庄严论》中云："诸佛子无有，任何不学处。"诸位应当精勤听闻、思维、学习世间的知识学问以及出世间的所有佛法，因为要获得遍知佛陀的果位。所有学问若归纳，可包括在工巧明、医方明、因明、外明、内明五明中。《经庄严论》中云："若未通五明，不得佛果故，为制服摄他，自知而学之[66]。"尤其了知戒律学处次第而守护至

[66] 唐译：菩萨习五明，总为求种智，解伏信治摄，为五五别求。



关重要。如前所说，应当通过了知堕罪、无堕、同分、学处及恢复方法这五种道理。根本堕罪为二十种，无有二十种堕罪并行持善法为无堕，同分有善法之同分与不善堕罪之同分。其中堕罪之同分也有两种轻罪，即具烦恼之轻罪与无义之轻罪。诸如言说无稽之谈及观看戏剧等时，如果生起贪嗔之心，则为具烦恼之轻罪；若由此生起未以正知正念摄持而在没有必要的情况下继续为之，则是无义之轻罪。毫无贪心而利益他众为无罪；杂有贪心而行利他，则彼之贪分是罪业之同分。甚至因为喜欢他人而行利他之事也是轻罪之同分。我们应当依靠观修无常等对治法而守护行菩提心学处。如若发现罪业，则应立即忏悔而回改。

此外，与善法分毫不相干而挖地、除草等也属于无义之轻罪；若是为了善法方面而做则为无堕；未以正念摄持无意义地在地上绘画等则是同分罪。所以应当以正知正念摄持而修学。心中忆念学处而改邪归正并且戒后不犯称为回改（还净）。身语意的一切所作所为皆当以此类推而了知。

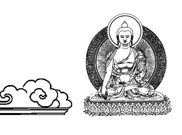
如果失毁菩提心，也要知晓恢复的方法。





若失毁愿菩提心则应当立即恢复。

失毁愿心的外缘有怯懦、懈怠与入他道三种。（一）怯懦：若认为像我这样的人无法利益他众，则失毁菩提心。彼之对治：思维获得暇满人身以及发菩提心之此时，必须做到断除怯懦，提高心力。《经庄严论》中云：“无量人众生，于每一刹那，获圆菩提故，不应甘怯懦。”（二）懈怠：如若不见正道之功德、只见苦行之过患而懒惰，则舍菩提心。彼之对治：对菩提心的功德利益生起信心而勇于承受。《入行论》中云：“故应除疲厌，驾驭觉心驹，从乐趋胜乐，智者宁退怯。”（三）入他道：若抛开大乘而执声闻道为殊胜也舍菩提心。彼之对治：观修小乘的过患以及大乘的功德，小乘道要经久远后方证得圆满菩提，《普明现证菩提经》中云：“依声闻与缘觉之道迟缓八万大劫方得无上之果。”而大乘的功德却有无量，《入行论》中云：“以此菩提心，能尽宿恶业，能聚福德海，故胜诸声闻。”又《宝鬘论》中云：“不顾自利益，一味喜利他，功德源大乘（，嗔彼遭焚毁）。”如若舍弃菩提心，则远离菩提果并将感受轮回与恶趣的无量痛苦。



恢复方法：在佛像、佛经、佛塔三宝所依等前，以追悔之心忏前戒后。再如前重新受菩萨戒，从而生起菩提心，受戒的次数不定。

行菩提心的恢复方法，失毁行菩提心之外缘有失毁愿菩提心、犯根本罪以及失还戒三种。失毁行菩提心的过患：因为失毁了昔日所积累的善业而使后世不得安乐并且不遇大乘；因为失毁誓言而受到众人的谴责并因罪大恶极而长久漂泊于恶趣中。《致弟子书》中云："何者独自详细而观察，恒时相伴而行正业者，大地上成主尊之正士，殊胜弟子必将敬上师。有愧具德积资高尚者，殊胜不动跟随慈悲者，喜爱真谛正论威严者，宁舍生命不舍弃誓言。不仅暂时受众人指责，罪恶众生堕难忍地狱，且知舍弃善行之痛苦，世间有何痛苦能胜彼？如今已获诸佛所开创，犹如大舟法道复舍弃，好似喜爱轮回海浪花，犹如舞者必定欺自心。"所以应当依照《入行论》中所说的"亦宁失余善，终不损此心"而行持。

如果超越了应有的期限，则以悔心忏罪后如前念诵三遍仪轨受戒便可恢复如初，受戒的次数不定。那波巴大师宣说了三种恢复方法：







有些下等者因执著实有而以追悔之心在他人面前忏罪，戒后不犯从而可逐渐远离罪过；有些中等者依靠明咒与密咒令本尊虚空藏菩萨等欢喜，获得本尊开许从而清净堕罪；有些上等者了知所谓的堕罪皆是菩提心自性而无勤净罪。如《宣说诸法无生大乘经》中云："文殊，任何菩萨若了知无业与异熟则业障得以清净。"

我认为随从那波巴大师的观点极为善妙。也就是说，下根者去往于菩萨僧众前或在殊胜所依前作七支供而得恢复，或者念诵三遍："祈祷某某大菩萨垂念，我某某曾犯过此罪，为利一切众生而忏悔，祈令清净。"忏净尊者问："你将彼等堕罪视为堕罪否？"答言："视为堕罪。"又问："你今后能慎重戒犯否？"答言："能戒。"以此可清净罪业。《菩萨地论》中也说依靠此种方法忏罪可得清净。

勤修本尊生圆次第的中根者于各自本尊前，作七支供而忏罪戒犯则可净除堕罪。一切明咒的总体即是圣尊虚空藏菩萨，如果想在他面前忏悔，则不能过夜，从犯戒时起到下半夜之前持诵十方诸佛菩萨的名号，尤其是圣者虚空藏菩萨的名号并顶礼，长时间猛厉忏悔堕罪，将

近黎明时念诵三遍：“黎明，请你作为我的信使，祈求圣者虚空藏菩萨垂念、加持我忏悔堕罪，令得清净。”日初时出现堕罪清净之兆：诸如心身较前安乐，日光也显得柔和，天气晴朗，梦境美妙等相。

上根者的恢复方法：跏趺坐，首先以如梦如幻的方式言说所犯堕罪的名称，再于前方虚空中的诸佛佛子前忏悔，之后则对彼罪业内外及二者中间可识别的本体、形色等作观察，结果了知此罪不从何处生、也不住于任何处、又不去往任何处，自性如虚空一般，在此境界中入定，从而可净除一切堕罪。《十方广大解脱经》中云：“菩萨若具四法，则所毁戒律与烦恼之一切罪业皆可清净。何为四法？了知诸法无来，了达诸法无生，现见诸法不灭，通达诸法以因缘缘起而生，是故诸法本体空性。若具此四法则所毁戒律与烦恼之罪悉皆不生。”《法王经》中云：“若了知众生皆无二，则清净一切罪障。譬如，镜上沉积千年尘垢，以布品擦拭则无尘垢。又如空室中黑暗虽长达千年之久，然以一盏油灯可使其不复存在。同理，若了知心无有本性之真谛，一刹那即可清净无数劫之罪业。”《趋入胜义经》中云：“白莲天子请问：



‘文殊菩萨，如何清净业障？’文殊菩萨答言：‘天子，若了知业障之自性本来无实，则无勤清净，如同海螺被炭染污以布品擦拭可得清净。’”

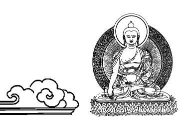
这以上以了知所知方式守护菩提心已宣说完毕。

乙九、修者补特伽罗之次第：

现在宣说以能修所修之方式守护菩提心，有能修之补特伽罗与所修之义二种。

经说佛子有三种：犹如国王之菩萨，
欲自解脱后度众；犹如舟子之菩萨，
欲自与众同解脱；犹如牧童之菩萨，
欲度众后自寂灭。依次三十三大劫，
七劫三劫得解脱，即是根基之次第。

自己先成佛后再度化众生即是所谓的菩萨广大欲乐之发心，譬如，国王想获得王位后再令国泰民安，许多经中说像圣者弥勒菩萨之发心属此种发心；欲求自己与众生一同解脱即是所谓的殊胜智慧之发心，如船夫欲求自己与船客一同趋向海岸；欲求先救度众生后自己解脱即是所谓的无喻之发心，就像放牛羊的牧童看到险地等狭隘恐怖的地方或者其他时候也都是



将所有牲畜无一剩余地赶在自己的前面而行进，如文殊菩萨与释迦牟尼佛的发心。

就根基而言，钝根者经过三十三大阿僧祇劫、中根者经过七大阿僧祇劫、利根者经过三大阿僧祇劫而成就无上菩提佛果。《宝积经》中云："广大之发心者经过三十三大阿僧祇劫从轮回解脱、殊胜智慧之发心者经过七大阿僧祇劫而成佛、无喻之发心者经过三大阿僧祇劫而现前圆满菩提。何以故？心力有小、中、大之差别故。此等比喻即如转轮王、舟子、牧童。"这其中已对此理作了广说。

乙十（修学如来行之方式）分二：一、略说；二、广说六度之自性。

丙一、略说：

诸佛子众学一切，主要学六波罗蜜。

《亲友书》中云："施戒安忍精进禅，如是无量智慧度，圆满趋向有海岸，成就如来正等觉。"六度分共同自性与各别自性二种。共同自性又分为六本体，以三轮体空将自己所拥有的一切施舍于他众之善心及其种子乃是布施度，彼之作用即能遣除对方的贫穷；以三轮体空断除有寂之过患的善心及其种子乃是戒律度，彼





之作用即去除损害；以三轮体空忍受加害与疲厌并且不畏惧法性乃是安忍度，彼之作用即无有嗔恚；以三轮体空喜爱善法乃是精进度，彼之作用即增上善法；以三轮体空心一缘安住乃是静虑度，彼之作用即息灭烦恼；以三轮体空证悟法之自性乃是智慧度，彼之作用即证悟万法并超离轮回。

六度之功德有广大、广义、清净、无尽四种。为利他而缘菩提故为广大；成办增上生、决定胜故为广义；超越世间故为清净；增上善法故为无尽。《经庄严论》中云："广大与清净，广义与无尽，当知布施等，悉具四功德[67]。"

六度之定数也有三种：第一观待成办增上生、断除烦恼而确定为六度之数。《经庄严论》中云："受用身圆满，眷勤圆增上，恒不随烦恼，诸行无颠倒[68]。"第二观待通过利他自然成办自利而确定为六度之数。彼论云："不吝不害众，忍害行不厌，欢喜善说故，利他即自利[69]。"第三观待三学数目而确定为六度。彼论云："观待三学数，佛真说六度，前三者属戒，后二归二

[67] 唐译：广大及无求，最胜与无尽，当知一一度，四德悉皆同。
[68] 唐译：资生身眷属，发起初四成，第五惑不染，第六业不倒。
[69] 唐译：不乏亦不恼，忍恼及不退，归向与善说，利他即自成。



种，一者三助缘[70]。”也就是说，前三者（布施、持戒、安忍）包括在戒学中，布施为戒学之因，持戒为本体，安忍为别法。后二者中的静虑包括在定学中，智慧包括在慧学中，精进一者是三学的助缘。

六度之顺序确定，《经庄严论》中云：“依前而生后，存在劣殊故，粗大细致故，次第说彼等[71]。”意思是说，由于六度前前产生后后，所以有因果之次第；持戒度较布施度殊胜，是故有贤劣之次第；前前粗大，容易修学与证悟，后后难以修学与证悟，因此有粗细之次第。观待此三者而确定顺序。

六度修法：布施：慷慨博施，不求果报；持戒：净持戒律，恒时也不羡慕在此轮回中享乐；安忍：忍受一切而修持忍辱；精进：摄集一切功德而勇猛勤修；静虑：遣除无色界禅定而修持禅定；智慧：以不离方便之方式修持妙慧。《经庄严论》中云：“无求之布施，不贪世持戒，一切皆忍受，集诸德精进，静虑非无色，智慧具方便，于此等六度，智者真实行[72]。”

[70] 唐译：为摄三学故，说度有六种，初三二初一，后二二一三。
[71] 唐译：前后及下上，粗细次第起，如是说六度，不乱有三因。
[72] 唐译：不着及不乱，不舍亦增进，净惑及智障，是道皆悉摄。



六度之定义，如《经庄严论》中云："能除诸贫穷，获清凉忍嗔，修圣道持心，知胜义故说[73]。"意思是说，遣除贫穷故称为布施；除去烦恼酷热获得清凉感受故称为持戒；忍耐嗔恨故称为安忍；修持佛果故称为精进；一缘持心故称为静虑；了知法之自性胜义谛故称为智慧。

丙二（广说六度之自性）分七：一、布施度；二、持戒度；三、安忍度；四、精进度；五、静虑度；六、智慧度；七、宣说六度之摄义。

丁一、布施度：

目睹众生受贫苦，施衣食象马车等，
所需资具为布施；施儿女等为大施；
施头眼等极大施。财法布施行利益。
依彼摧毁自吝啬，令他财富得增长。

依靠财布施可圆满福德资粮，依靠法布施可以圆满智慧资粮，因为自己无有吝啬之心而不会转生饿鬼界，直接利益他人令其获得财富。《持世请问授记经》中云："依财施圆满福资，依法施圆满慧资，此二者乃遍知佛果之因。何为财施？布施、大施、极大施。所谓布施，即施衣、食、车、象于他人；所谓大施，即施儿、

[73] 唐译：除贫亦令凉，破嗔与建善，心持及真解，是说六行义。



女、妻子；所谓极大施，即极难做到之施头、眼、手、足等。何为法施？施笔、墨、书函即是小法施；根据机缘传讲声闻、缘觉、无上妙法为大法施；令持无上菩提并且传授如虚空般不可思议之法为极大法施。”在家菩萨主要发放财布施，出家人主要作法布施。《经庄严论》中云：“布施一切者，根本依自心，身圆满受用，摄二能圆满，无有吝啬心，法财无畏施，如是通达施，智者真实行[74]。”此中所说之义，布施之本体即是无吝啬心；布施之因即清净舍施心；布施之果即身体受用获得圆满；布施之作用即摄受自他并且圆满二资；布施功德之特征，《经庄严论》中云：“佛子若逢乞，自命亦恒施，悲心而利他，而不图回报，依施令众生，获得三菩提，施以智慧摄，于世永无尽[75]。”

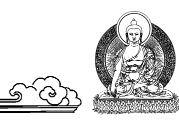
丁二、持戒度：

持戒度在外道中无有，在内道佛教中方有。

以戒守护自相续，以定修持寂灭善，
以慧获得圆二利。禁恶摄善利有情，
佛子恒持三戒律。在家居士斋戒上，

---

[74] 唐译：施彼及共思，二成亦二摄，具住不悭故，法财无畏三。
[75] 唐译：恒时舍身命，离求愍他故，因施建菩提，智摄施无尽。




愿行二种菩提心，出家比丘与沙弥，
以及近事女戒上，守二发心为律仪。

所谓的菩萨律仪戒是指在七种别解脱戒依处任何一种的基础上具足愿行二种发心。如若只是形相菩萨戒，则无有七种别解脱戒的限制。虽然优婆塞、优婆夷、沙弥、沙弥尼，比丘、比丘尼、正学女、受斋戒男女共有九种，但它们均可以包括于在家方面的居士戒与斋戒二者、出家方面的沙弥、近事男[76]、比丘五种之中，所以是说在此五戒任何一戒的基础上具足两种发心。《经庄严论》中云："出家之一方，具无量功德，如是勤守戒，胜在家菩萨[77]。"其中宣说了出家菩萨。又经中云："在家菩萨、出家菩萨、童男童女形象俱胝那由他数多众俱，一同发心……"

居士有守多分戒居士与梵净行居士两种。守多分戒居士是指守持四根本戒或四戒中的任何一戒并断邪淫者。梵净行居士是指具足四根本戒基础上断除非梵行者。

沙弥：《具光经》中云："何者戒杀不与取，

[76] 近事男：受居士戒后尚未受沙弥戒以前，为速得沙弥禁戒，而受近事男戒者，须于殊胜境前启白并换三相。

[77] 唐译：应知出家分，无量功德具，欲比在家分，最胜彼无等。





妄语饮酒不净行，歌舞花鬘高广床，过午进餐取金银。”此中宣说了沙弥所持的十种学处，此外还要戒同分罪而护心。

近事女：在沙弥十戒基础上不接触男士等十二戒，恒时依靠行持善法的对治，因为女人烦恼深重，故而为了观察其是否稳固或者是否能守戒而于两年等期间视察。

比丘有四他胜、十三僧残、三十舍堕等二百五十三条戒。

比丘尼有三百六十四条戒等。一切有部、大众部、上座部以及正量部各部中都有共称不同的戒律需要修学。《瑜伽师地论》中云：“出家人之此等学处基础上具足得而未失愿行菩提心即是出家菩萨。”如此一切戒律均是令自相续防护罪行的律仪，因此称为戒学。这些戒律全部是指断恶之善心及其种子。《入行论》中云：“断尽恶心时，说为戒度圆。”以防护自相续的罪行而戒不善业之分即是别解脱戒，因为依靠此戒于轮回中持人天之身并获得自利的安乐；不仅不害他众，反而成办利益之分即是菩萨戒；密乘戒则在菩萨戒的基础上断除执为庸俗的业与烦恼并且堪为修生圆二次第的法器。别解脱







自宗认为十不善均是自性罪，所以无有开许的时候；菩萨乘认为如若是利益他众，身语七种不善业有开许；密宗不舍弃而依靠方便使得十不善业成为智慧之因，如依柴生火。因此说密宗是殊胜的深道。

别解脱戒、菩萨戒、密宗三昧耶戒以一本体异反体的方式存在于一位补特伽罗的相续中，如果三戒发生冲突时，守护上戒，因为上上戒包括下下戒之故。上戒从表面来看似乎与下戒相互抵触，但因其不失本体，所以毫不相违。例如，对于密宗普行会供时的饮酒行为，虽然声闻乘视其为堕罪，菩萨乘说它是同分轻罪，实际上这种行为根本不成罪业，因为小乘与菩萨乘里自己的身份是比丘或菩萨，而在修密宗时，将自己观想成本尊，自己从根本上已经转异；就物质方面来说，（小乘与菩萨乘的当时）是能醉人的酒，而在会供时通过咒语、手印、等持已将酒转成甘露而享用的；小乘与菩萨乘（只是将酒视为醉人之物）而未对其作他物想，而会供时已将酒作为本尊、坛城、甘露等之想，所以在无罪的基础上将醇酒供养本尊而圆满资粮，并成为见解、等持、修行之助缘，



因此具有至高无上的功德。学处的一切支分也都应当如是了知。

总之，如果产生罪业，则不管是谁的观点都要遮破，若是能生起一切功德善法，则应当予以开许。可见，了知一切学处的大中小、开遮以及一般、特殊的规律极为重要。《宝鬘论》中云："一般与特殊，论中皆赞许。"

总而言之，远离一切恶行，为利益他众而护持自心即是严禁恶行戒；二资粮及六度所摄持的功德未生令生起，已生令增上即是摄集善法戒，它主要从属于定学；以善巧方便直接或间接成办利益有情的事业，以四摄令他众欢喜，播植下暂时增上生、最终决定胜的善法良种，精勤使其他众生获得安乐即是饶益有情戒。依靠此三戒而于修道三学并圆满二资粮，在最终成佛时，以严禁恶行戒，获得断除二障及一切习气之圆满所断；以摄集善法戒，获得如所有智、尽所有智等圆满所证；以饶益有情戒，随机调化众生，获得任运自成二利之圆满事业。《宝积经》中云："迦叶，菩萨戒有三种，即严禁恶行戒、摄集善法戒、饶益有情戒。以严禁恶行戒防止不善，守护自心；以摄集善法戒真





实奉行善法；以饶益有情戒精勤利他。”《经庄严论》中云：“六支静心摄，投善趣能施，所依寂无畏，具足福德资，表相法性得，持戒众人具，尽知如是戒，智者真实行[78]。”

戒律之本体具足六支，声闻中说守持戒律；守别解脱戒；仪轨圆满；行境圆满；甚至极细微罪也视为畏惧处；真实受持学处而行事。

戒律之因：获得寂静涅槃之因。

戒律之果：住于善趣。

戒律之作用：成为一切功德之所依，息灭烦恼，也能令自他无所畏惧。

戒律之功德：具足福德资粮。

戒律之分类：有真实持表相而生之戒与由法性而得之戒两种。真实持表相戒是指别解脱戒；由法性而得之戒是指禅定或无漏法所生之戒，也就是说，获得禅定正行之心与见道等无漏圣地的戒律称为由法性而得之戒。《俱舍论》中云：“禅定戒依定地得，无漏戒依圣道获。所谓别解脱戒者，依他有表色等得。”由法性而得之戒具有无失、不与声缘相混、不染堕罪、至高无上四种殊胜，是生起一切功德之因。《亲友

[78] 唐译：六支灭有边，善道及持等，福聚具足故，二得为二种。





书》中云："汝戒未失无缺憾，未混未染当依之，戒如动静之大地，一切功德之根本。"

如是持戒之功德：《经庄严论》中云："佛子恒时受，勤持之三戒，不求得善趣，然不贪执彼，依戒令众生，获得三菩提，戒以智慧摄，于世永无尽[79]。"

丁三（安忍度）分七：一、总说分类；二、宣说修法；三、宣说多种对境归于一心；四、宣说以害缘修安忍之方法；五、思维嗔恨之缘由自生；六、思维是否可改；七、宣说嗔恨之自性为空性。

戊一、总说分类：

忍耐内外种种害，坚持堪忍诸痛苦，
以大悲心思正法，无缘安忍皆当修。

对于他人所作的加害、危害等，不生嗔恨即是不惧之安忍；忍受解脱与自他修法中的苦行即是堪能受苦之安忍；以大悲心无疲厌饶益他众以及于空性深义不生畏惧之心即是法性无缘安忍。《经庄严论》中云："了知不惧忍，以悲依法故，真实说五德，能行自他利，苦行具主全，彼者许三种，如是知安忍，智者真实行。"

安忍之本体：寂静不嗔他众安忍苦行。

[79] 唐译：恒时守禁勤，离戒及善趣，因戒建菩提，智摄戒无尽。





安忍之因：悲心。

安忍之果：五种功德。经中云："（修安忍者，）不多造罪业，不多挑拨离间，心常安乐，死时无悔，死后转生于善趣之中。"

安忍之作用：行自他二利之善法。《因缘品》中云："何者知他恼，于彼自寂静，以此行自他，二者之利益。"

修安忍之功德：《经庄严论》中云："佛子皆安忍，极难行人害，求善趣无力，畏者非能忍，图自利者非能忍，依忍令众生，获得三菩提，忍以智慧摄，于世永无尽。"

戊二、宣说修法：

总说修安忍之方法：

无有如嗔之罪业，别无等忍苦行福，
故当精勤修安忍，勤熄嗔恨之烈火。

最殊胜的果位即是菩提果，它通过修安忍可以成就，是故无有比修安忍更大的福德；最大的痛苦莫过于地狱之苦，嗔心是转生地狱之因，因此无有比嗔心更大的罪业。为此，我们应当依靠各种方便修安忍苦行。《入行论》中云："罪恶莫过嗔，难行莫胜忍，故应以众理，努力修安忍。"《亲友书》中云："如是无等忍苦



行，汝莫令嗔有机乘，断嗔获得不退果，此乃佛陀亲口说。”

戊三、宣说多种对境归于一心：

对于多种嗔恨的对境，如果一一进行报复，则无有完结或息灭之时，所以应当安忍。

野蛮害境无数故，一一息灭伏不尽，
调伏一心一切调，当勤调心护禁行。

《入行论》中云：“顽者如虚空，岂能尽制彼？若息此嗔心，则同灭众敌。”

戊四、宣说以害缘修安忍之方法：

依害成就安忍行，生起慈悲等功德，
成菩提伴敌如师，恭敬欢喜依安忍。

如同传戒师阿阇黎是出家的助缘一样，倘若无有敌人，也就不会修成安忍，因此应当安忍。《入行论》中云：“若我因己过，不堪忍敌害，岂非徒自障，习忍福德因？无害忍不生，怨敌生忍福，既为修福因，云何谓障福？应时来乞者，非行布施障，授戒阿阇黎，亦非障出家。”受到损害时，可依靠忧愁悲伤等少许痛苦为缘而生起悲心、厌离心等，由此也应当安忍。彼论云：“苦害有诸德，厌离除骄慢，悲愍生死



众，羞恶乐行善。”此外，对怀有害心之人修安忍能获得大福德，为此应当于作害者生欢喜心并像恭敬本师一样对其毕恭毕敬。《宝性论》中云：“欢喜敬如师。”又云：“依于嗔心者，生起安忍行，故彼安忍因，应供如正法。”

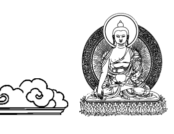
戊五、思维嗔恨之缘由自生：

若我无有嗔不生，如同谷声互依存，
自成罪业众害处，偶缘宿业因生故，
理应尽力修忍耐，唯以调心法灭嗔。

如若自己根本不存在，那么自己的嗔恨以及和对方争论的事情也就不会发生，因为嗔恨、争论均是相互观待的，而且自己如果未曾害过对方，也不会遭到加害，因此对于无缘无故的损害理应安忍。《入行论》中云：“若不外植怨，必无为害者。故敌极难得，如宝现贫舍，能助菩提行，故当喜自敌。”

自己受害表面上看是以小小的外缘而产生的，实际上主要还是来源于自己往昔的业力，所以理当安忍。彼论云：“我昔于有情，曾作如是害，既曾伤有情，理应受此损。”

即使是因为受害而产生的嗔恨，也需要观察。如果因间接受害而嗔恨作害者，那更应当



嗔恨的是自己的业力。彼论又云："宿业所引发，令他损恼我。"若因直接受到损害而心生嗔恨，则理应对棍棒等物或者不悦耳之语这些无情法生嗔。彼论云："棍杖所伤人，不应嗔使者，彼复嗔使故，理应憎其嗔。"尤其是对于他人所说的不悦耳之语嗔恨也是同理，你不嗔恨自己的耳朵而嗔恨对方实在是不应理的，因为依靠耳闻才会生起痛苦的缘故。

此外，若认为作害者有损于自己的名誉等，故我应生嗔。这种想法是堕入恶趣之因。为此对于毁坏自己名声等的人也应安忍。彼论云："吾唯求解脱，无需利敬缚，于解束缚者，何故反生嗔？如我欲趣苦，然蒙佛加被，闭门不放行，云何反嗔彼？"又云："若我因己过，不堪忍敌害，岂非徒自障，习忍福德因？"

因为自己的资具受到损害而嗔恨也不应理。如果自己有福德，资具根本不会受到损害，如果无有福德，即便别人施给财物也无济于事。再说人在死的时候必然要放下这一切，如梦醒般前往后世，财产有无穷的过患，是束缚之因。《入行论》中云："谓碍利养故，纵我厌受损，吾利终须舍，诸罪则久留。宁今速死殁，不愿



邪命活，苟安纵久住，终必遭死苦。梦受百年乐，彼人复苏醒，或受须臾乐，梦已此人觉；觉已此二人，梦乐皆不还，寿虽有长短，临终唯如是。设得多利养，长时享安乐，死如遭盗劫，赤裸空手还。”

因为名声受到毁坏而嗔恨别人也不应理，名声仅仅是词句，词句是无情法无有丝毫利益。彼论云：“受赞享荣耀，非福非长寿，非力非免疫，非令身安乐。若吾识损益，赞誉有何利？若唯图暂乐，应依赌等酒。若仅为虚名，失财复丧命，誉词何所为，死时谁得乐？沙屋倾颓时，愚童哀极泣，若我伤失誉，岂非似愚童？”

若认为对方所说的话语难听刺耳便心生嗔恨。其实这些词句只是对方的言语而已，所以有什么必要生嗔呢？而且只是对方想当然说出的话，没必要嗔恨。若由于不高兴而嗔恨，则理当对自心愤恨，因为不高兴是自己令自心不高兴，他人的词句既没有移到自己身上，也并未触及自己，只不过自己听受了别人的言词而变得不高兴的。如果自己不对其执著，则对自己无利无害。一切高兴不高兴，前刹那已经灭尽，就如同昨日以前的显现与昨晚的梦境一样去而



不返，无有可识别性，无有自性、平等一味，因此无有任何可嗔恨的。同样，今日的显现与今晚的梦境一样，是故我们对苦乐不应有实执。

戊六、思维是否可改：

遇不乐境舍不喜，若有可改何不喜，
无改无利有何用，故当努力忍诸缘。

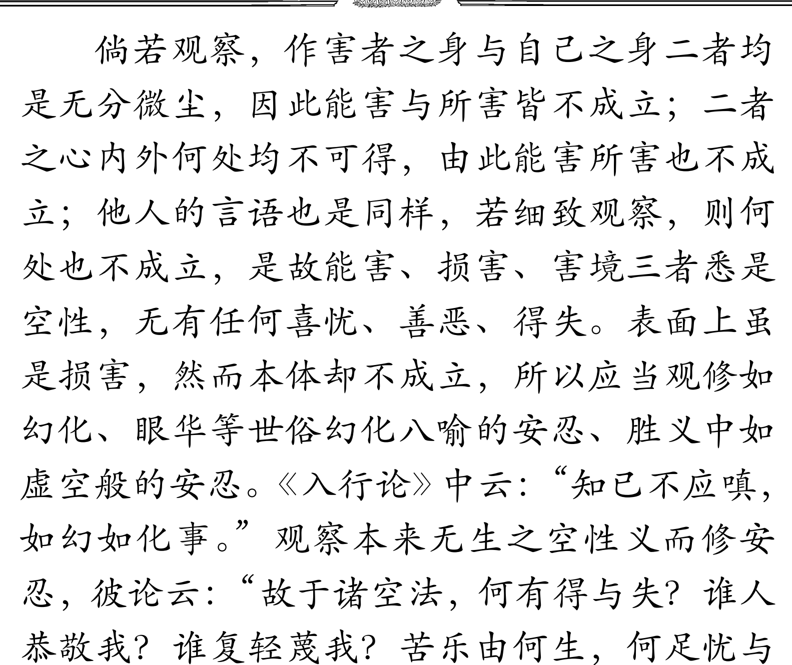
当出现不悦意情景时，若可扭转，则想方设法改变，不高兴也无济于事。如果无法扭转，则已成定局，不高兴更是起不到作用，因为不高兴也无法扭转已成的局面。《入行论》中云："若事尚可为，云何不欢喜，若已不济事，忧恼有何益？"众生身不由己地感受各自的业力，即使是为了父母等亲友、眷属等也不应生嗔，甚至为了亲教师、轨范师、上师、三宝等也不该嗔恨他众，如果有受害的宿债，那当然是无法避免的；如果没有宿债，也就不可能受害。再说，他人的赞毁又不能造成重大的利害。

戊七、宣说嗔恨之自性为空性：

不悦耳之语以及损害有何本体呢？

观察空性如虚空，喜忧得失善恶无，
于彼执二亦无义，当处一切等性中。





倘若观察，作害者之身与自己之身二者均是无分微尘，因此能害与所害皆不成立；二者之心内外何处均不可得，由此能害所害也不成立；他人的言语也是同样，若细致观察，则何处也不成立，是故能害、损害、害境三者悉是空性，无有任何喜忧、善恶、得失。表面上虽是损害，然而本体却不成立，所以应当观修如幻化、眼华等世俗幻化八喻的安忍、胜义中如虚空般的安忍。《入行论》中云：“知已不应嗔，如幻如化事。”观察本来无生之空性义而修安忍，彼论云：“故于诸空法，何有得与失？谁人恭敬我？谁复轻蔑我？苦乐由何生，何足忧与喜？若于性中觅，孰为爱所爱，细究此世人，谁将辞此世？孰生孰当生？谁为亲与友？如我当受持，一切如虚空。”

如是若依靠多种方便修持，则不难成就安忍。《入行论》中云：“久习不成易，此事定非有。”倘若反复串习，则今生也会与众人和睦相处、悦意快乐，后世转生殊胜善趣并成就菩提。彼论又云：“云何犹不见，取悦有情果，来生成正觉，今世享荣耀。生生修忍得，貌美无病障，誉雅命久长，乐等转轮王。”





丁四（精进度）分四：一、了知精进之人；二、宣说精进之违品；三、宣说精进具有无量功德；四、了知功德后应当精进之理。

戊一、了知精进之人：

一切精进修行者，秉性喜爱诸善法，
善法不尽如云聚，芬芳莲园聚蜂群。

经中云："精进得菩提，不勤无圣果，精进集诸善，精进增功德。"

戊二、宣说精进之违品：

彼之违品三懈怠，同恶怯懦自轻凌，
诸过根源不成善，毁坏兴盛起衰败。

懈怠增上罪业减灭善法，所想不成。若分类，则有同恶、怯懦、自轻凌三种懈怠。心散乱于经商务农等障碍正法之琐事上即是所谓的同恶懈怠；怯懦懈怠是指见到一些难以成办之事后就认为自己一定不能成办而放弃；自轻凌懈怠即是指声称像我这样的人无能力做到而自甘软弱之举。《入行论》中云："同恶散劣事，自轻凌懒惰。"

戊三、宣说精进具有无量功德：

具有精进世间赞，具有精进成所愿，
具有精进增功德，具有精进得佛果。





具有精进者功德无量，如若归纳，则有受到世人赞叹、实现所愿、增上功德、获得佛果四种。《入行论》中云：“精进证菩提，若无风不动，无勤福不生。”

戊四、了知功德后应当精进之理：

精进世间胜善法，出世间之一切道，
于诸有漏无漏法，为断不善奉行善，
努力精勤真实行。乃至未得佛果前，
仍有功德增上故，坚持不懈勤精进。

乃至未获得佛果之前仍有所要获得的上上功德，因此必须精进而行。精进即是指欢喜善事。如《入行论》中云：“进即喜于善。”

如若分类，则有行持善法摧毁四魔之因——披甲精进、圆满五道十地之因——加行精进、成办自他二利之因——利众精进三种，或者身精进、语精进、心精进三种，或者如《集论》中云：“披甲精进、加行精进、不怯精进、不退精进、不满精进。”又如《楞伽经》中云：“精进者上、下夜勤修法，因其见相应瑜伽之义，为遣除分别念而精勤即称为精进波罗蜜多。”《经庄严论》中云：“真实乐善法，依于信欲乐，增正念等德，对治诸烦恼，具不贪等德，



彼等七种法，如是知精进，智者真实行[80]。”

精进之本体：喜乐善法。

精进之因：信心与欲乐。

精进之果：增上正念与等持等。

精进之功德：无有三毒之善心。

精进之分类：三学每一种都有身恒行、身敬行、语恒行、语敬行、心恒行、心敬行之六种精进，加上披甲精进，共有七种。

具精进者之功德：《经庄严论》中云：“佛子依披甲，加行无喻勤，摧毁自他惑，获得殊胜菩提，精进令众生，获得三菩提，精进以智慧摄，于世永无尽[81]。”

丁五（静虑度）分十：一、宣说成就禅定之因；二、宣说静虑之违品；三、宣说资具为痛苦之因；四、宣说与世人相处之过失；五、教诲有生之年依止静处；六、赞叹林园静处；七、宣说于静处生起无常之理；八、于彼处心将堪能之理；九、依止园林之功德；十、宣说修法、分类、功德。

戊一、宣说成就禅定之因：

求静虑者断散乱，所喜外境如秋云，

亦如闪电飘动性，受用无常如幻宅，

---

[80] 唐译：于善于正勇，依于信欲乐，增正念等德，对治诸烦恼，具不贪等德，彼等七种法。

[81] 唐译：恒时誓勤作，杀贼为无上，因进建菩提，智摄进无尽。



永莫信赖当断之，速依寂静之森林。

一切有为法皆无常，一切财富均动摇不定，寿命无常，永无实质，所以我们应当于寂静的林间勤修静虑。《别解脱经》中云：“多闻于林中，居至老安乐。”《寂静语》中云：“受用犹如云中闪电般动摇，今生如同为风所吹之莲上水珠般破灭，青春年少者如是观后当迅速修学一切智者所修之等持、速疾成就之殊胜瑜伽。”



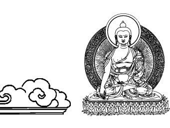
戊二、宣说静虑之违品：

一切财物祸害因，寻觅积守而痛苦，
傲慢贪爱吝啬增，如是引入恶趣中，
障碍善趣之正道，故当少欲具知足。

身外之物的一切资财都需要寻觅、守护，是遭受损害、心不喜乐、生起贪爱、贡高我慢、虚伪狡诈等诸多不善业的根源，能够使人们下堕恶趣，因此必须舍弃财产。龙树菩萨说：“积财守财寻财苦，当知财具无边祸。”因此我们应当修学知足少欲，《亲友书》中云：“佛说一切财产中，知足乃为最殊胜，是故应当常知足，知足无财真富翁。”

戊三、宣说资具为痛苦之因：





如身遍伤极痛苦，财多痛苦较其多，
资具乏少乐无穷，害少无有盗敌惧，
受众人赞住圣道，琐事鲜少无牵挂，
是故应当于恒时，修学知足与少欲。

知足少欲之人必定会受到众人赞叹；一贫如洗之人也就无需防护盗敌；无有狡诈、琐事鲜少、身心悠闲之人自然成就等持，具有诸多功德。拥有多少财产，就会有多少痛苦，如同身上有多少伤口就会有同等多的疼痛，或者如同龙有多少蛇头就受多少痛苦一样。《亲友书》中云："智者痛苦如财多，少欲之人非如是，一切龙王头数目，所生痛苦如是多。"

不仅强烈贪执身外之物苦不堪言，而且贪恋有情也有无穷过患，诸如争论不休，因贪不厌足、毁坏梵行而投生恶趣，受到众人谴责等。这些都是将人身执为清净等妄执中产生的，因此理应断除。《宝鬘论》中云："多数贪女者，思女色净生，实则女人身，丝毫无清净。口乃稠唾涎，齿垢不净器，鼻流脓液涕，眼出泪眵器。腹内即粪尿，肺肝等之器，愚者未见女，贪爱彼身体。如有无知者，贪著脏瓶饰，世人由愚痴，恋女亦如是。"又云："容色美或丑，年老或年幼，女色皆不净，汝贪由何起？如粪

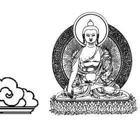


色虽美，新鲜形状妙，于彼不宜贪，女貌亦复然。内腐外皮包，烂尸此自性，显现极丑恶，如何未曾见？若谓皮非粪，犹如宝剑性，不净身之皮，如何成清净？装满粪便瓶，外饰亦厌弃，不净自性身，脏满何不厌？”复云：“九孔流不净，自虽常沐浴，不了身不净，为汝说何益？于此不净身，美语作赞叹，奇哉真伪愚，呜呼士所耻。”

戊四、宣说与世人相处之过失：

亲近凡夫过无量，增罪自然染不善，
灭善争论烦恼生，永难取悦不报恩，
琐事繁多愦闹散，与之交往如处于，
烈火毒蛇猛兽中，故当远离诸凡夫。

一切众生的想法各异，所以无论如何也不能令他们心满意足。《入行论》中云：“有情种种心，诸佛难尽悦，何况劣如我？”尤其是昔日已逝七佛等如来也未能调化当今这些刚强难化的浊世众生，他们恒常增长罪业，烦恼深重，断绝寂静善法，恩将仇报，身语意三门无缘无故地损害他众，诋毁正法与补特伽罗，琐事繁多，常因散乱愦闹而自然滋生烦恼，与他们交往如同处于野兽、烈火或毒蛇中一般实难亲近。



《入诸佛行境经》中云："若处野兽中，永远无欢喜，如是依凡夫，亦永无安乐。"《入行论》中云："行为同凡愚，必堕三恶趣，心若赴圣境，何需近凡愚？刹那成密友，须臾复结仇，喜处亦生嗔，凡夫取悦难。忠告则生嗔，反劝离诸善，若不从彼语，嗔怒堕恶趣。妒高竞相等，傲卑赞复骄，逆耳更生嗔，处俗怎得益？"

如若与凡夫愚人交往，不可能不生贪恋嗔恨、废话连篇等不善业。彼论云："伴愚必然生，自赞毁他过，好谈世间乐，无义不善事。"因贪恋执著自方，自己也必然要承受他们的疾苦，于是自心被紧紧地束缚住，因为心里牵挂、舍不得离开他们而使自己失去修法的机会。若与他们长期共处，则彼此之间又互不恭敬，然而，如果分离又苦恼忧伤等，只要亲近凡夫俗人就会有无穷无尽的过患。《入行论》中云："若贪诸有情，则障实性慧，亦毁厌离心，终遭愁叹苦。若心专念彼，此生将虚度，无常众亲友，亦坏真常法。"而且，贪恋凡愚，也无法圆满自利，自己如若依止他们，则无法成就能解脱之正法，所以最初就必须独自一人居住在与任何人也不相接触的寂静深山修行。彼论云："彼既无





益我，吾亦未利彼，故应远凡愚。”应当思维此中所说之理。此外，虽然我们已经从上师那里听受了窍诀，但若没有在心里实地修持，也无法从轮回中获得解脱，因此修行串习极为重要。

戊五、教诲有生之年依止静处[82]：

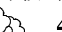
劝勉人们有朝一日能居住在空无一人、远离畏惧、幽雅寂静的圣地。

乃至自己之内心，尚未获得稳固前，
易受外境诱惑故，当喜安住静林间。
乃至四人掮吾身，伴随哭声未临前，
吾当向往寂静处，身心胜伏愦闹敌。

在自心尚未与窍诀融为一体，也就是还没有达到稳固的境界之前，必然会受到外境各种愦闹的干扰，所以初学者必须依止寂静处。《宝箧经》中云：“初学者为使自心寂静调顺当居静处。”

想到寿命无常、疾速而逝的自然规律后，就该到幽静的圣地观修等持。《寂静语》中云：“乃至四人以担架，抬举吾身未临前，一直迈向寂静处，修行寂灭之等持。”《入行论》中也有与之相同的说明。

82 此处科判将教诲依止静处与教诲有生之年依止静处合在一起。

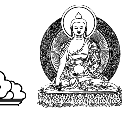




戊六、赞叹林园静处：

林中净水花果丰，山窟岩石精舍多，
凉荫严饰垂树中，众多鸟兽翩起舞，
河之岸边花丛中，蜜蜂歌唱极美妙。

在寂静的圣地，鳞次栉比的茂密森林中，在种类繁多、美不胜收的果树凉荫的掩映下，青翠柔软的绿草铺盖的大地上到处都装点着形色各异、绚丽芳香的鲜花，清凉的瀑布飞泻的哗哗声与成群的蜜蜂发出的嗡嗡声回荡山林间，巍然屹立的岩山前有天然形成的石板精舍。在这妙不可言的静处，仅仅以清净的泉水加上芬芳的花朵以及翠绿的树叶作为充饥之食就已心满意足了。唯与鸟兽相伴，坦然处于安乐与禅定的境界中，如此无始以来的一切善愿定会实现。正如《入行论》中所云："林中鸟兽树，不出刺耳音，伴彼心常乐，何时共安居？何时住树下，岩洞无人寺，愿心不眷顾，断舍尘世贪？何时方移栖，天然辽阔地，不执为我所，无贪恣意行？"又云："故当独自栖，事少易安乐，灵秀宜人林，止息众散乱。""故当厌诸欲，欣乐阿兰若。离诤无烦恼，寂静山林中。皎洁明月光，清凉似檀香，倾泄平石上，如宫意生欢。林风无声息，徐徐默吹送，有福瑜伽士，



踱步思利他。”《致弟子书》中云：“皎洁圆满月轮作庄严，山腰飘带雨云层层现，山顶森林之中无贪著，如风飘动终生大缘分，森林野兽成群而栖息，美丽悦意之地遍快乐，如此欢喜林园天界中，自然石板妙处岂具有？”

戊七、宣说于静处生起无常之理：

各种旃檀的

薰香药等飘芬芳，寂静悦意禅自增，
欢喜四季如莲海，春夏秋冬之四季，
依照次第变化故，增上无常厌离心。

在这宛如遍满莲花的湖泊一般的清幽之地，到处都散发着药花的扑鼻芳香，柔和的微风中也飘逸着沁人肺腑的清香。在这里我们通过季节次第性迁变的实例，相续中可以生起强烈的无常观与厌离心。因为与任何人不相联系、互无交往，也就自然不会有贪嗔的烦恼，又不需对任何人、物牵肠挂肚，自己可以逍遥自在地居住，既不必考虑他人也不需维护别人的情面，又不用为住处奔波忙碌，无论什么时候离开也不会有他人的百般干涉与重重阻挠，这般自由自在、无拘无束的快乐恐怕连天王也不会得到。《入行论》中云：“空舍岩洞树，随时任

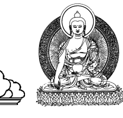
意住，尽舍护持苦，无忌恣意行。离贪自在行，谁亦不相干，王侯亦难享，知足闲居欢。”《致弟子书》中云：“林海净水静处遍快乐，胜过涂抹妙香之天女，发髻装饰美丽之花鬘，天界境中亦有此乐耶？根叶瓜果繁茂之妙树，林园无尽山水不断流，广阔江边花果坠悦意，为何无解脱心住家狱？山峦连绵无扰极安乐，用品丰富绿色森林连，河边瀑布泻声悦如鼓，似宣我等莫为烦恼染。佛说一切欲妙财三有，如幻阳焰水月与波涛。”

戊八、于彼处心将堪能之理：

目睹尸林散骨景，自身亦知如是性，
悉皆散落之有法，不贪无实轮回法，
恒灭争论诸烦恼，自心堪能得安乐。

如果有幸能住在寂静的圣地，则对轮回厌离心会油然而生，口舌之争与粗重的烦恼也会随之化为乌有。居于静处有诸如此类的无量功德。《富楼那请问经》中云：“喜爱深山林园处，增上一切功德源，若人依止寂静处，五欲贪执皆断除，无有嘈杂愦闹故，一切善法不失毁，无有彼此互来往，以及问候相交谈，是故一切佛赞叹，空旷静处极幽静。是故一切菩萨众，





恒时当依寂静处，切莫贪恋大城市。”

戊九、依止园林之功德：

诸佛称赞寂静林，厌恶世间往静处，
仅迈七步之福德，何者恒河劫佛前，
数劫供养诸福德，不及前福百千分，
是故行者皆应当，依止寂静森林处。

有些人在多生累劫中以财物供养佛陀的福德远远不如以厌离心欢喜向森林等寂静处迈七步的福德大。《三摩地王经》中云：“若有人数劫中于数劫之一切佛前供养鲜花、薰香、涂香、神馐、一切舒适资具，有人以极大厌离心向静处仅迈七步，则此福德胜过前者无量倍。观察身命而舍弃，当修寂灭胜空性，依极勇猛精进心，如野兽般居静处。”

戊十、宣说修法、分类、功德：

彼处垫上跏趺坐，一缘不动心入定，
修凡夫行义分别，及缘真如胜静虑。
四禅以及四无色，未入已入道圣众，
当知三等持名称。依彼断喜妙欲心，
成就解[83]通与等持，五眼神变心自在。

静虑之本体是指心一缘专注于任何一种善

[83] 解：指无碍解。







法的所缘境上。《道灯论》中云："于何所缘境，心当善安住。"意思是说，我们在修静虑之时，坐在垫上，如果心毫不动摇而入定，那么戏论的显现自然而然会消失，处于一味一体的法性中，如同闭着双目一般。然而这种境界并非不见显现境，只是对显现境无有执著相而已。也就是说此时可以清晰见到外境显现，就像睁着眼睛一样，此二者虽是同时存在的一体，（然却有入定后得的差别。）如《道灯论》中云："如同人闭目，入定心如是，如同人睁眼，后得识亦然。"意思是说，一本体中的入定是指寂止，后得是胜观，因为一本体中的入定与后得一内心、一本体、一时间、一所缘，所以它们断除障碍的作用也是相同的。《略释论》中云："清净世间是指（入定时）不耽著所取与能取相，后得之心与入定相同之果能遣除色等之想。"这其中的意思是说，入定的显现中外境显现不灭，而又无有任何分别念，因此称为清净；在此境界中也显现土石等平庸的五境，所以命名为世间。此刻无有能取所取之相，因为是无分别心的状态。当时的显现分之心，从空性而言，命名为入定；就显现而言，称为后得。由于此时



的后得之心与入定是同一个心的缘故，与自然断除二取之入定同一体的后得也无疑能够断除对色受等诸法的二取贪执之想。从入定中出定的后得称为放纵后得，这种后得具有能取所取等贪执。无论在修等持的任何时候均具有入定与后得一本体的境界，七地之前有放纵后得，七地以后入定与出定在一本体中不可分割，无有各体。《宝性论》中云："恒时利众心，勇猛如烈火，静虑之等至，亦是恒安住。"

静虑若作广说，则有凡夫行静虑、义分别静虑与缘真如静虑三种分类。未入道者相续中的四禅四无色之等持称为凡夫行静虑；已入资粮道、加行道之人的等持作为解脱道之因，并且能细致分辨意义，所以称为义分别静虑；一地以上圣者们的所有等持称为无漏等持或缘真如静虑。《楞伽经》中云："凡夫行静虑，义分别静虑，缘真如静虑。"关于此中所说的三等持之界限在《瑜伽师地论》中也有明确分析。

静虑之果：《般若摄颂》中云："静虑舍弃恶妙欲，成就智通与等持。"又如《经庄严论》中云："自心内安住，依正念精进，能生安乐果，神通获自在，诸法之根本，彼等有三种，如是



知静虑，智者真实行[84]。”

静虑之本体：自心不散，于内安住。

静虑之因：恒具正念，精进行持。《经庄严论》中云：“速疾知散乱，复当静安住[85]。”

静虑之作用：是获得安乐、成就神变之因。

静虑之分类，有现法乐住、成就功德、利益众生三种静虑。现法乐住之静虑：即依靠内在的禅定所生的功德而获得喜乐。（此种静虑也就是指四禅，）其中一禅的未至定与相似正行之时具有寻思与伺察，殊胜正行时无有寻思而仅有伺察；二禅、三禅、四禅之正行时既无寻思也无伺察，《瑜伽师地论》中说彼等禅定也是前前作后后之未至定（意思是前一禅作为后一禅之因）。成就功德之静虑：是指实际修持清净六波罗蜜多等法门时一缘安住分的禅定。利益众生之静虑：即一缘专注众生的利益，并且由禅定正行的境界中随心所欲示现幻化饶益有情等等的禅定。

静虑之功德：《经庄严论》中云：“佛子具多禅，成就诸静虑，以禅乐安住，以悲投劣身，静虑令众生，获得三菩提，静虑为智摄，于世

---

[84] 唐译：心住及念进，乐生亦通住，诸法之上首，彼种三复三。

[85] 唐译：系缘将速摄。





永无尽[86]。”

丁六（智慧）分三：一、宣说二大法藏；二、宣说诸法无生；三、若具智慧度则得解脱。

戊一、宣说二大法藏：

三种智慧闻思修，成就胜观摧诸惑，

知法有法实相后，从有城趋寂灭果。

通过听闻佛法能够如理了知诸法之自性或实相，之后依靠深入细致的思维而对法理生起定解，最后进行实地修行，从而便能渡过三有的大海，此闻思修三者即是智慧之自性。《经庄严论略释》中云：“智慧由闻、思、修中所生或由等持之加行、正行、后行中所生。”智慧也称为胜观，它远远胜过其他五度，作为薄地凡夫从闻法中生起智慧相当重要。因为未曾闻法也就谈不上进行深入思维与实地修持。如《宝性论》中云：“布施能成诸受用，戒得善趣修断惑，慧断烦恼所知障，故此殊胜因即闻。”又云：“胜慧之基础，即闻故闻胜。”所以说，想要真正通达诸法自性之人应当以闻法来抉择，抉择的方式有能量珍宝钥匙之理与所量法藏之理两种。

第一、能量珍宝钥匙之理，又分为了义之

[86] 唐译：恒时习诸定，舍禅下处生，因定建菩提，智摄定无尽。

理与不了义之理两种。其中了义是指诸法之法性真如、法界自性清净、心性光明的密意，也就是自性清净、无有迁变、超离生住灭如虚空般的本体，凡是宣说此本性的所有经论都包括在了义的范围内。诸如生、灭、来、去、清净、不清净、蕴、界、处等次第形形色色如梦境般的显现，凡是有法的显现并可以言语思维衡量、假立而表达的一切法均称为不了义，宣说不了义的所有经论都包括在世俗谛中。比如，口中言说的同时心里也思维心性如虚空一般，其实这也是包括在世俗谛的范畴里。所谓的胜义谛之自性是指了义法，也就是真如本性。《赞不可思议中观论》中云：“诸法之空性，亦称为了义，若说生灭等，有情生命等，世俗不了义。”又如《三摩地王经》中云：“依照本师善逝说，知了义经说空性，若说众生诸士夫，知彼等法不了义。”《无尽慧经》中云：“何为了义经部，何为不了义经？为令众生入道而宣说的诸经即称为不了义经；为入果而宣说之诸经即称为了义经。宣说我、众生、寿命、士夫、补特伽罗、力生、力主、作者、受者、说种种声、无主说为有主之任何经均称为不了义经部；宣说空性、无相、







无愿、不现行、无生、无来、无实、无我、无众生、无寿命、无补特伽罗、无主人乃至无解脱门之任何经皆称为了义经。当依了义经，勿依不了义经。”

概括而言，本性实相称为了义，宣说实相的所有经称为了义经；为了引导众生悟入本性而以多种方便宣说不清净迷乱之法称为不了义，详细论述不了义的分类等法门称为不了义法。此法理实可堪为见诸法之明镜以及开启诸法之门的钥匙，所以首先宣说。为了令众生明确此等法理、证悟密意之自性，在此有必要阐明意趣与秘密的道理。

所谓的意趣是指在演说佛法的过程中稍微含有夸张的成分在里面，也并非是虚言妄说，而是具有特殊的某种必要而宣说的一切法义。

意趣共有四种，即平等意趣、别义意趣、别时意趣与补特伽罗意乐意趣。《经庄严论》中云：“平等与别义，及别时意趣，补特伽罗意，当知四意趣。”

平等意趣：诸如世尊考虑到法身平等而说我尔时成为拘留孙佛。

别义意趣：诸如世尊考虑到三无本性而说

诸法无本性。三无本性即：（一）遍计法无本性，因为实际意义上遍计法必定不成立，所以说遍计法无本性。（二）依他起生无本性，因为四边生不成立。自生不成立是因为已生与正在生是相违事物；他生不成立是因为若观察自相他相均不成立；共生不成立是因为二种事物互为相违；无因生不成立是因为无因不可能生果。总之，凡所显现的生（灭）等法均如梦如幻，是缘起性无而显现（，因此说依他起生也是无本体的）。《智光庄严经》中云："文殊，梦境现而无有，如是诸法亦是现而无有，直至幻术、阳焰、乾达婆城、水月、影像、幻化之间。"（三）圆成实胜义无本性，因为圆成实本身就是胜义并且无有不清净等戏论法的本体。《解深密经》中云："我思维相无本性、生无本性，胜义无本性而宣说诸法无本性。"

别时意趣：例如佛尊曾说仅以持诵无垢月光如来之名号便可获得佛果。这其中的含义是说，仅仅持诵佛号虽然不能立即成佛，但依靠往昔所积累的诸多资粮，终有一日必定能成就佛果。

补特伽罗意乐意趣：诸如针对有些贪执戒







禁取见者，佛陀谴责戒律、赞叹布施。

秘密是指为令有些众生趋入正道，受持真义，而依靠对方所感兴趣的少数名称或能接受的条件宣说，方式虽然与之相同，却有言外之意。秘密也分四种：即令入秘密、相秘密、对治秘密、转变秘密。《经庄严论》中云："令入之秘密，以及相秘密，对治之秘密，与转变秘密，声闻与本性，如是灭罪业，及说甚深性，四种秘密也。"

令入秘密：诸如为利益有些因畏惧空性而不入大乘的声闻种姓者，佛说色法存在。如此一来，闻法者理解色法等外境实际存在而（放下顾虑）趋入大乘，而讲法者想到的是凡显现的一切法均如梦境般存在。

相秘密：诸如为令众生了达无有本性之实相，佛说一切万法皆无有本性。关于遍计法无本性、依他起无本性以及圆成实无本性三者前文中已有阐述。

对治秘密：诸如佛陀考虑到有些人会有释迦佛身材矮小、寿命短暂等故不如其他佛陀的想法，于是说我尔时成为毗卢遮那佛。如此一来，听闻者会理解到释尊与毗卢遮那佛的色身



其实是平等一致的，而讲说者则想到二佛圆满资粮平等、获证法身平等、利众事业平等。《俱舍论》中云："诸佛资粮与法身，行利众事平等性，彼等身寿与种姓，以及身量非相同。"

转变秘密：诸如为了遣除某些人因此法容易理解而认为比其他法下劣的罪过，宣说此法极难证悟。如《因缘品》中云："父母为所杀，国王二所净，境眷皆摧毁，彼人得清净。"这其中的含义："父母"是指行于轮回中的爱取；"国王"是指各种习气的所依或基础——阿赖耶；"二所净"是指婆罗门的坏聚见与沙门戒禁取见；"境"是指内处及所取能取等八识聚；"皆摧毁"是指以上这些完全遣除，（"彼人得清净"，）即可成佛。

意趣与秘密二者是一本体异反体的关系。

二者的差别诚如具慧译师所说："听者从说者的语言中未领会到说者所想的意义，而是理解到其他的含义，即是意趣；听者对说者所想的意义心领神会，即称为秘密。"《摄大乘论释》中云："意趣仅仅是心中之观点，而不观待对方承认；秘密观待对方之承认。"我认为此二者并不相违，观待某种目的而说彼之所具条件，





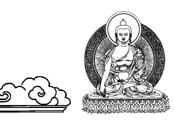


而不观待对方承认不承认，也属于意趣。对于他人所询问的意义并未和盘托出、圆满明示，仍然保留有意图，因此称为意趣。为利益他众，依靠方便稍许迎合他人的心理而宣说的含义称为秘密，因为依赖讲者口中宣说，对方也领会他所说的意义进而趋入，到后来听闻者对讲者的言外之意方完全理解，所讲的意义也并不是妄语。

四种意趣、四种秘密即是阅读经典的第二把钥匙。如是文字、意义、意趣、必要还有许多，所以依靠此理辨别而了知一切经续之义极为重要。

第二，所量法藏之理分为二谛之理与缘起自性。

首先宣说二谛之理：《根本慧论》中云："诸佛依二谛，为众生说法，一以世俗谛，二第一义谛。"《父子相会经》中云："知世间之此二谛，汝非他前闻自见，彼即世俗胜义谛，何处亦无第三谛。"也就是说，单单以所谓法之自性作为二谛的分基而言，现相是世俗谛，实相是胜义谛。现相也有迷乱现相与无迷乱现相两种。



迷乱现相：为众生时，所显现的迷现、迷执、迷识即可以言语、思维的一切法，也就是具有欺惑、不实、变化、痛苦等特性的所有法，因为这些法是迷乱分别心的对境并且是以语言、思维假立的。就算是众生心中所想、口中所说的佛陀也是心假立的，因为心里想的、口中说的根本不能触及佛陀的实义，所以说它是一种迷乱的现相。

尔时的显现与心识也根据它真实还是虚妄而分为真世俗与倒世俗两种。真世俗所对应的显现能起作用、由因而生、非为假立、共业显现，即地水火风以及内在自识所摄的一切法。倒世俗是指虽然显现却不起任何作用的一切法，例如显现两个月亮。《二谛论》中云："显现虽相同，是否作用故，分为真世俗，以及假世俗。"真世俗与倒世俗二者，如果从本性来衡量的话，则完全相同，因为它们是迷乱习气所生相同、显现于各根门中相同、暂时于迷乱者前显现作用并且均是眼识所见的对境等方面皆相同，因而二者均无有自性。

无迷乱世俗有趋果无迷乱与得果无迷乱两种。趋果无迷乱世俗：道基之智慧及功德虽然





从变化上进而说是无常，但观待趋向本性之地而言称为无迷乱。《宝性论释》中所说的“一切道谛有为法，一切有为法欺惑性”是从迁变与需要上进方面而言的，道谛虽是有为法，却与其他有为法的欺惑性全然不同。

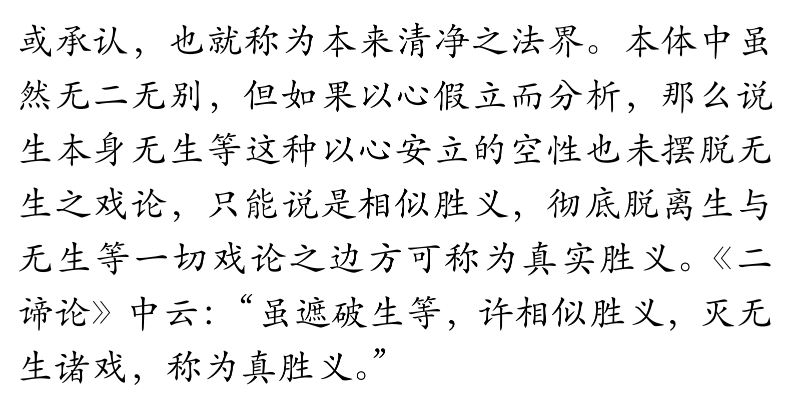
得果无迷乱世俗：住于密严刹土中的佛陀，其色身及智慧无有迁变、常有存在、任运自成、作为功德宝藏、坛城等大光芒一切圆满自在，虽然从显现分而言称为世俗，实际上它与法身无二无别，因而无有迁变如虚空般安住，关于此等内容下文还有广说。化身是以所化众生所积累的善业与佛陀的大悲聚合而任运自成显现的，虽然在所化众生前好像有迁变，其实无有迁变，就像水月的形象因为水器的不同而显现迁变，但实际上由于水月自相不成立，所以无有迁变。虽然现为调化众生的身相，但其自相却是不成立的，因为三身是无合无离的一本体，而且法身无有迁变。例如，空中之月是水月之因，它们是一本体的缘故，不变存在。同样的道理，化身也是于报身中任运自成而显现的，实际上不成立，因此无有迁变，只不过在所化众生前显现迁变，其实并不成立。所以，承认



显现分之一切清净不清净法皆为世俗谛所摄。

胜义谛则是指本来的实相。《中观根本慧论》中云:“自知不随他，寂灭无戏论，无异无分别，则名真如相。”轮回与涅槃的一切法原无本性、超离一切言思，不是以他人证悟未证悟而安立的，既无一体也无异体的承许。《根本慧论》中云:“不一亦不异，不常亦不断，是名诸世尊，教化甘露味。”虽然现有轮涅之诸法以分别心假立为贤劣不同法，实际上诸法本如虚空般清净，完全超离了所谓的“清净、不清净、二者、非二以及极清净”此等以心安立的行境。彼论云:“一切实非实，亦实亦非实，非实非非实，是名诸佛法。”本性中超离一切承认，因为本体不成立任何可识别之法，承认此法彼法也是我见，诸如此等均将堕入常边断边。《六十正理论》中云:“若承认有实，则生贪嗔心，受持恶见解，从中生争论。”这其中的含义是说，本性中无有立宗，所以无有任何承认的对境、承认者以及所承认的观点，因此说无有过患。《回诤论》中云:“若我有立宗，尔时我有过，我无立宗故，唯我无过失。”如是诸法之实相或自性清净之本体是指深寂离诸戏边，所以无有立宗

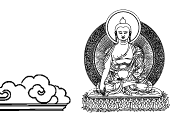




或承认，也就称为本来清净之法界。本体中虽然无二无别，但如果以心假立而分析，那么说生本身无生等这种以心安立的空性也未摆脱无生之戏论，只能说是相似胜义，彻底脱离生与无生等一切戏论之边方可称为真实胜义。《二谛论》中云：“虽遮破生等，许相似胜义，灭无生诸戏，称为真胜义。”

在此相应窍诀而分析，唯以法界作为二谛之分基，其中如幻如阳焰如水月等显而无自性之显现分的所有法称为世俗谛。《炯祥请问经》中云：“如洁净明镜，显现面容月，炯祥（寻香王）当知法，自性皆不成……”虽然凡夫人将显现视为真真切切存在之法，而瑜伽士除了如梦般的显现外不见实有法，一切皆是恍恍惚惚、明明晃晃的景象。未经观察时虽然显现，一旦观察时即不存在，真正通达了此理便可称为证悟世俗谛。此时，任何显现的外缘对他都是无害的。

如若修行已经趋于圆满，那么便可成就于外境显现的土石山岩中畅通无阻、无碍穿行等神变。何人无有任何承认之法并且依靠现而无自性之理于异体实有法均不存在的境界中修炼



自心，当获得圣者之智慧时，在他的面前无论显现刹土等清净不清净相，都无有实执，这种境界的显现称为真世俗。换句话说，具有实执的分别妄念以及显现均是倒世俗；无有实执的一切心识与显现皆称为真世俗。

所谓的胜义谛也是指领悟了心性无有自性的实相以及诸法犹如水月般无实有的自性后，彻底了达迷乱的显现是无有根基、现而无自性的本体，也可以说，当有无等的分别心解脱于法界中时，即称为证悟胜义谛之实相。因为此时已完全证悟了本性如是存在的胜义谛，所以称为证悟胜义之智慧。如《罗睺罗赞般若经》中云："无有言思智慧度，无生无灭虚空性，各别自证智行境，顶礼三世诸佛母。"依照此经中所说，各别自证之智慧即是胜义谛，真正已经完全了悟了此义之人，即许为证悟胜义谛。实际上，二谛并非是如同牛角各居一方互相分开的，在现见了如水月般的世俗实相之时，从月影之现分而言是世俗谛，从月轮无实空性分而言是胜义谛，二者（指胜义谛与世俗谛）如同无而显现于水池中一体般，这就称为二谛无别或二谛双运，通达二谛无别的智慧称为证悟二谛。已了



达了所显现的色声香味触以及意识对境的破立分别心等一切迷乱显现犹如幻化八喻般显而无自性之人，便可称为从三有旷野入解脱道者。

如果以智慧来观察二谛，则经不起观察的一切法为世俗谛，完全能经得起分析的所有法为胜义谛，这种说法也属于分别念的范畴，很明显只能算是世俗。为什么这样说呢？请问，你们所说的经得起观察是否观待以心假立，如果不观待，那么经得起观察的概念显然无从安立；倘若观待以心假立，那就只是分别念的行境而已，所以经不起观察与经得起观察二者虽然形式上不同，其实在以心分析这一点上是完全相同的，因为它们同是分别心的对境，所以是世俗。如《入行论》中云："胜义非心境，说心是世俗。"这其中已很明显地宣说了此理。

若归纳而言，则一切分别心戏论与显现戏论即是世俗谛，断除戏论、息灭二取之心以及心境的一切法称为胜义谛，这是大乘宗派共同承认的。因为二谛无别，所以很显然世俗谛也有成为胜义谛之时，也就是说，二谛虽然反体不同实则是一本体。尽管依照宗派承认既不是一体也不是异体，但按照世人共称的观点说为

一本体的。如果遵照宗派所承认的观点来说，那么如世俗显现一样胜义也应当显现，或者如胜义不显现一样世俗也不应当显现的过失就不可避免了。《解深密经》中云："世俗胜义相，远离一异体，谁执一异性，此人入歧途。"按此经的观点而言，所谓的"无一异体之差别"，其实就是自性无二的意思。关于此等之理，《幻化网续》中云："世俗胜义无有别，真谛广大坛城中。"

世俗谛与胜义谛二者的关系是属于一本体异反体、异本体、遮一体之异体、义同名异四者之中的哪一种呢？如果仅从名言上来说的话，那么二谛既不是义同名异的关系，因为二者的体相与形式截然不同；也不是异本体的关系，因为它们无有本体并且名言中是无二无别的，又不是遮一体之异体的关系，因为二者无有分开之自性并需要在一本基中分类。所以，在名言中二谛之间是如同水与水月般一本体异反体的关系。《菩提心释》中云："如甘蔗性甜，火之自性热，如是一切法，自性空性住。"又云："世俗说空性，唯空性世俗，如所作无常，无定不生故。"《五次第论》中云："世俗与胜义，



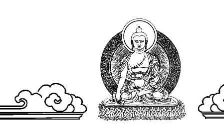
当知各自分，何时真相融，称彼为双运。”当然，在胜义中二谛之间一体异体均不可分析。如《弥勒请问经》中云：“世俗谛之相与不可言说之法界既非一体亦非异体。”

二谛之定数：二谛总共有三种定数，即遮他边定数、真实存在定数以及观待必要定数。

一、遮他边定数：因为戏论之法与无戏论之法必定直接相违，否定了破立以外的第三品法，所以谛的定数为二。

二、真实存在定数：对境是观待有境而安立的，有境分为迷乱之心与无迷乱之心两种，轮涅的一切诸法即是迷乱与无迷乱之法性的对境，所以就心的方面而言，必定有两种对境，如同印章与印纹一般。《入中论》中云：“由于诸法见真妄，故得诸法二种体，说见真境即真谛，所见虚妄名俗谛。”

三、观待必要定数：如果根据各宗派而分析，则一切声闻部承认有两种胜义谛，即以心分析不能害之心识胜义与以铁锤摧毁不能害之有实胜义谛。意思是说，心识的相续以及粗大的物质，承许是世俗谛，心识之刹那与物质的无分微尘，承许是胜义谛。《俱舍论》中云：“毁



彼以慧析他法，则心识不趋入彼，犹如瓶水为世俗，除此具有为胜义。”

有些经部之观点，《释量论》中云：“何者起作用，彼非胜义有，其余世俗谛，彼等自总相。”这与因明的观点相同。

唯识宗认为二取显现的对境与有境是世俗谛，无二（指无二取）之心识是胜义谛。《集智藏论》中云：“所谓有分无，极细微尘无，不缘各自现，感受如梦境，脱离能所取，心识胜义有，诣智海彼岸，瑜伽行论说。”

中观自续派认为一切显现在世俗中如幻成立，于胜义中如虚空般不成立。《毁迷论》中云：“有缘即是世俗谛，胜义无有能所缘。”

中观应成派认为，所谓的显现是世俗、空性是胜义也只是说法而已，无有分别，因为超离一体异体之法性远离一切戏边，诸法正当显现时也是无生无灭、无来无去的，所以宗派所承认的世俗也要遮破。《入中论》中云：“如汝所计依他事，我不许有彼世俗。”

若有人想，那么所显现的生等之法不就成立了吗？

对此作答：所显现生不生、成立不成立都

是心假立的，怎么有成立的法呢，遮破的是你们宗派所承认的观点，而仅是显现却并不遮破。如圣天论师云："显现非所破，缘起而生故，此乃痛苦因，实执为所破。"显现也是无有自性的。《根本慧论》中云："色声香味触，及法体六种，皆空如焰梦，如乾闼婆城。犹如幻化人，亦如镜中像。如是六种中，何有净不净？"

若问，那么，我们应当接受何种观点呢？

对此作答：现而无自性的一切善妙分之法均可接受，与各自之实执相关的所有低劣宗派皆当舍弃。

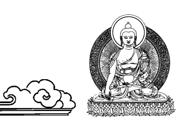
二谛之差别：不可言思的本性为胜义谛，以心思维、以口言说而假立并且显现的一切法为世俗谛。

若问：以智慧能否证悟胜义谛？

对此作答：因为胜义谛的本体超离了能证所证，所以在胜义中无所安立证悟。《宝积经》中云："迦叶，何为胜义空性？即谁亦无有所见、无有现前，无有获得，无有不得。"

又问：如此说来，那么圣者也无法证悟了吗？

作答：从生起了与胜义相同之智慧而言，



可以命名为证悟胜义谛。诚如月称论师曾说："生起与空性相同之智慧即称为证悟空性，而空性并不是证悟。"譬如，只能是了达虚空无有阻碍的自性，而虚空与心不可能成为无二无别的一体。《金刚经》中亦云："若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。应观佛法性，即导师法身，法性非所识，故彼不能了。"

此外，因为成就佛果时胜义谛与佛陀是一体的缘故，能证所证无有二体，现见圣谛时也就是见到了心性与义智慧无二之际，即能证所证是无二的，因此争论证悟与未证悟也就徒劳无益了。

有些人说：按照你们所说的胜义之本体无有能证所证，那么说补特伽罗就无法证悟胜义了？

这种与事实毫不相干的论调实在令人感到可笑。想来就像别人说火是炽热燃烧自性的缘故人们不能使用火的说法一样。虚空虽然超离了分别心等戏论之边，但是人们却可以衡量它。同样，瑜伽行者完全能够衡量超离言说戏论的胜义谛，并且可依靠胜义谛的威力从痛苦中解脱，现前内心之殊胜光明，这是极具合理性的。







如果不了知二谛之自性，则无法通达甚深之真如。《根本慧论》中云：“若人不能知，分别于二谛。则于深佛法，不知真实义。”

了知二谛自性之功德，如颂云：“谁依此二谛，积累菩提资，彼等于轮回，圆满智资粮。”意思是说，诸法无而显现空性之游舞囊括一切万法是合理的，现空之外的任何法皆不合理。《根本慧论》中云：“以有空义故，一切法得成，若无空义者，一切则不成。”又如云：“空性皆合理，不空则非理。”

总而言之，不清净迷乱之世俗法如梦境般无有实有，除了欺惑性、诱惑凡夫以及虚无缥缈的自性以外无有本体与识别性。清净法性之深寂离戏自性光明智慧的实相则是无有迁变、任运自成、不可思议之法性。因此通过在世俗谛中积累如梦如幻般的福德资粮，于胜义谛中修持如虚空般的法性义之智慧资粮，结果可以现前殊胜色身与殊胜法身之果位。

这以上第一法藏二谛之理已宣说完毕。

接下来宣说诸法缘起之自性。《根本慧论》中云：“未曾有一法，不从因缘生，是故一切法，无不是空者。”缘起共有三种，即本性缘起、轮



回缘起、涅槃缘起。

第一、本性缘起：现有轮涅之法性或者彼之自性未曾从何处来，也未曾去往何处，又不住于任何处。法性依赖于有法，而有法正在显现生灭之时也是远离生住灭一切戏论的，此即称为中观之观点。《根本慧论》中云："众因缘生法，我说即是空，亦为是假名，亦是中道义。"《楞伽经》中云："断除常与断，有无皆已离，即将悟中观，如是中观道，我与诸佛说。"如是不清净的显现以及缘取它的心识均如同有胆病眼翳的患者眼前飘浮毛发一般，正在显现时就未曾有过。《楞伽经》又云："无性无有识，无实无普基，如尸愚寻思，劣者立此等。如颠倒毛发，眼翳者所见，分别有实法，凡愚颠倒立，三有唯心立。"也就是说，如同梦中的迷乱显现在临睡与清醒的状态时都无有，然而却显现在睡梦中，现今六道的这种迷乱显现也是同样，在最初心性本来清净的如来藏中根本是不存在的，到后来迷乱极为清净成佛之时也荡然无存，实际上中间显现也是无而显现，因而不成立生住灭，由于本体无有生灭，因此自始至终均无



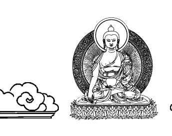
变迁。《普作后续》中云："后法界[87]中无变故。"一切迷乱的显现仅仅是名称假立之法而已，本性中皆不成立，犹如空中的鲜花与石女儿一样。所以说，如若真实证悟了迷乱显现的自性，即可获得解脱。如颂云："世间无生灭，极似空中花，依汝智悲力，不缘有与无。诸法皆如幻，断除心与识，离世间常断。"

本来，依赖于种种习气阿赖耶的八识聚以及显现外境之习气的一切迷乱显现均是遍计性、倏然性、实际无有、无而显现的，可是众生却以无明、我所执的迷乱分别念将本不存在的显现实执为我与我所，无义而行事，从而疲惫不堪地沉溺如梦般实执的苦乐之中。《无尽藏道歌》中云："我做游戏般，凡愚徒劳执。"外境正在显现以及内心正在起心动念时，从本性来说，即是本来空性、超离戏边的。《三摩地王经》中云："佛子有实无常灭，三有一切本来空，相似空性外道徒，智者不与凡愚诤。"也就是说，是非、真妄、净垢这一切均是以心安立的宗派遍计法，因此务必舍弃实执。《三摩地王经》中又云："寻思假立谓有无，如是伺察苦不

[87] 后法界：从本基中迷乱以后的法界。







息，所谓有无是二边，净与不净亦是边，智者亦不住中间。”《不退转轮经》中云：“谓有是一边，谓无第二边，如同我无我，亦同常与断。”如此必将导致被各自执著之宗派所束缚。《楞伽经》中云：“执有实心者，犹如吐丝蚕，凡不知分界，为自劣宗缚。”所以，何时何地都要证悟诸法无生无灭、无来无去、非一非异、不断不常，息灭一切戏论的自性。《根本慧论》中云：“不生亦不灭，不常亦不断，不一亦不异，不来亦不去，能说是因缘，善灭诸戏论，我稽首礼佛。”总而言之，诸法之自性本来清净即称为本性缘起性或者本基缘起性。

第二、轮回缘起：轮回缘起有外缘起与内缘起两种。

外缘起：诸如心的显现境——山、墙、地、水、火、风、空等色法，以共称的大种所造色或大种色为主，布匹、绳子、粗毛、粗毛织物等由因缘所生的这所有各种各样事物，均称为外缘起。因为它们相互观待而形成并且现为外境与无情法的形象。

内缘起：由无明中产生的行直至老死之间，称为内缘起。《楞伽经》中云：“大慧，如同瓷





罐由泥团所成，线成氆氇、毛线成毛织物，种子生芽，搅拌棍等加人力令酸奶出酥油；大慧，此乃由前生后之外缘起。内缘起，即无明、爱所生此等之法，即是获得内缘起之名称。”意思是说，最初没有认识各别自证之智慧本面即是大无明，从而行于轮回，并且从识一直到老死之间互相依存，接连不断而生。《致弟子书》中云：“佛说无明之中产生行，行中生识识中出名色，名色之中生出六种处，由六处中产生一切触。触法之中产生一切受，受之因中将会产生爱，从爱之中将会形成取，由取之中生有，有出生，倘若有生则有忧病老，及爱别离死亡畏惧等，尽现极为强烈之苦蕴。”

此等缘起若详细分类，则有十二种。（一）无明：未能真正了达实相本净之法性本体及以彼所表示的一切法，从而行轮回之业，即产生行缘起。（二）行：有无明遮障的身语意之随福德分善、十不善以及无记业三种，依靠其中的善业而转生善趣，以不善业堕落恶趣，无记业是二者的助缘，相应于不善业而存在。《根本慧论》中云：“众生痴所覆，为后起三行，以起是行故，随行入六趣。”（三）识：识依靠行业，



相应于所行之善业或所造之罪业而分别趋入（六道）任何一道，生起彼趣的识。彼论云："随诸行因缘，识受六道身。"识趋入自己要投生的那一趣时，白红明点与风心聚合之分入于彼道，从而产生受、想、行、识四名蕴。（四）名色：名是指所形成的色蕴，综合一起而称为名与色。彼论云："依靠诸识故，而成于名色。"神识进入母胎从而形成名、色。其中色是指从凝酪到身体圆满之间。（五）六处：尔时，形成眼、耳、鼻、舌、身、意，称为六处。《根本慧论》中云："依靠名色故，因而生六入。"（六）触：在此之后由对境、根门、作意三者聚合而形成触。譬如色法、眼根与眼识三者聚合而产生眼触，同样，依靠名色识三者而于母胎中产生触。彼论云："依靠六入故，而生于六触，依眼根色法，作意而生触，是故依名色，而生于识处，情尘以及识，三者之和合，彼者即生触。"（七）受：受由触中产生，因为快乐、痛苦、不苦不乐三种感受分别是从悦意、不悦意、中等三种对境中产生的。彼论云："由触而生受。"（八）爱：受中增生爱，爱有三种，即感受甘蔗的甜味而贪其香之贪爱、想脱离痛苦之感受而希求安乐的



畏爱以及中等感受中产生的等舍之爱。彼论云："以受生渴爱，因受生爱故。"（九）取：由爱中随心所欲而产生取。彼论云："因爱有四取。"《显句论》中云："如是贪爱受者即是产生有之因，并且执著戒、见、禁、我四种。"此外，正处于贪爱之时产生相同、不同、中等、我所四取。（十）有：有由取中产生，也就是色、受、想、行、识五蕴。彼论云："因取故有有，若取者不取，则解脱无有，从有生五蕴。"（十一）生：有中出现初生与未来生。彼论云："从有而有生。"（十二）老、死：出生以后便会出现青春壮年、年迈衰老、寿终正寝。彼论云："从生有老死，从老死故有，忧愁及哀号，痛苦与不悦，以及诸迷乱。如是等诸事，皆从生而有。"经中云："老即成熟；死即衰老之蕴坏灭；忧即衰老死亡之时有无明贪爱心之苦恼；呻吟即由忧伤引起之声音；痛苦即五根之损害；不安乐即心不悦意；烦乱即由诸多痛苦与不安乐而产生。"

从此等缘起也是由前前生后后这一点而言，称为因生之缘起；从内在之地水火风空识六界聚合而产生的角度称为缘生之缘起。《稻秆经》中云："内缘起有二种，何为二种？即因



生之内缘起、缘生之内缘起。何为因生之内缘起？依无明缘之诸行、依行缘之识；为何称缘生之内缘起？六界聚合之故。何为缘生之内缘起，即地、水、火、风、空、识六界聚合而生，称为缘生之内缘起。”

以上是依照大乘观点而宣说的。

依照声闻乘而言，无明：感受前世烦恼时的五蕴；行：积累前世之业时的五蕴；识：入胎阶段的五蕴；名色：凝酪等根门尚未显露前的五蕴；六处：根门显露后尚不能享受外境之前的五蕴；触：从能享受外境到不知苦乐分别之间的五蕴；受：从了知苦乐分别到尚不能交媾之间的五蕴；爱：从有交媾能力到尚未真正接受贪欲对境之间的五蕴；取：接受贪欲对境阶段的五蕴；有：积业阶段的五蕴；生：后世之始从母胎中出来的五蕴；老死：后世之名色、六处、触、爱、受。《稻秆经》中云：“名色之处即是老死，生即至受间亦与彼相同。”《俱舍论》中云：“此即缘起十二支，分为三份前与后，各自均有二缘起，中间八种寿圆具。烦恼现时为无明，宿业诸识名为行，识即结生之诸蕴，名色显露六处前，六处三者聚前蕴，触能知苦



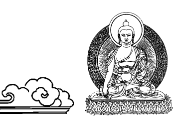


乐等前，淫爱之前乃为受，爱即行淫之贪者，取为得财而奔波，有为能生后世果，结生之蕴即是生，至受之间为老死。”

如是十二缘起有两种圆满方式，即刹那圆满与相继圆满。就刹那圆满而言，是依靠对方与自己二者而圆满的。诸如杀生时，愚昧无知而造罪即是无明；准备造业之分即是行；正在造业时的心即是识；自己与所杀众生二者均具有名色与六处；自己快乐成为对方痛苦用利刃刺杀之分即是触；从中感受的苦乐之分即是受；从中再再生起欢喜心即是爱；对方趋入后世即是取；从具有五蕴之分即是有；今生与后世之分即是生；后世之分的老死。这就是说，成事刹那具全十二缘起。

刹那有三种，即时际刹那、彼之刹那、成事刹那。倏然间了达所知即是时际刹那；一百二十个时际刹那的时间即是彼之刹那；一件事从开始至圆满之间是成事刹那。

若就相继圆满而言，唯识宗认为完整的一次因果在两世中圆满，即前世圆满六因，现世圆满六果，后世依此类推。六因是指无明、行、识、爱、取、有。六果是指十二缘起中剩余的



六者。依照声闻乘的观点，完整的一次因果在三世中圆满，即前世的无明、行作为因，依其产生今世之识（、名色、六处、触、受）等五者，依靠今世的爱、取、有三者作为因而产生后世的生、老死。了知十二缘起有何必要呢?《俱舍论》中云:“遣前际等无明故。”

这以上三有轮回之缘起已宣说完毕。

第三、涅槃之缘起分道缘起与果缘起。

道缘起：轮回十二缘起顺行流转的根本即是无明，此无明依靠觉性智慧可遣除，也就是说，凭借闻思修的智慧而串习相续进而遣除最初的根本无明。由于无明被遣除了，依赖于它的其余缘起也可以次第断除，因为已灭尽了流转轮回之因，则必将越过轮回之处。《亲友书》中云:“生灭则令一切灭。”《根本慧论》中云:“以无明灭故，诸行则不生。若欲灭无明，以智修法性。前前若能灭，后后则不生，但是苦阴聚，如是而正灭。”欲求解脱的瑜伽士不积累形成轮回的业因，所以也就无有投生轮回的果，因为已遮止了行缘起。《根本慧论》中云:“生死根即行，诸智者不为。”

果缘起：成佛之后以如梦如幻的方式饶益





众生，此理于下文中有广说。如是了知诸法完全可包括在缘起中的人通达胜义谛便可获得佛果。《根本慧论》中云："若人能现见，一切因缘法，则为能见苦，亦见集灭道。"

这以上是广大经典第二宝藏，之所以称为宝藏，因为它涵盖了一切诸法。这些是所有学问中最为珍贵的。

戊二、宣说诸法无生：

宣说依上述内容所抉择之义——智慧。

现本无生如影像，无有本体现种种，
见性清净缘起后，速得不住殊胜果。

如是所显现的内外诸法皆如水中映现月影一般无有本体而显现种种。如《三摩地王经》中云："犹如夜晚之水月，澄清无垢湖中现，然水月空无实质，一切诸法如是知。"我们以这其中所说之理了达轮涅诸法无有自性后入定，自心无有散收地安住于外界所现的种种法以及内在无而显现的明觉中，不缘任何他法，于如虚空般的境界中灭尽分别心之法界胜义谛称为智慧波罗蜜多。《入行论》中云："若实无实法，悉不住心前，彼时无余相，无缘最寂灭。"萨绕哈言："摆脱能修与所修，本性不动名为修，无



有作意大手印，无有任何所求果。”彼等之义于《经庄严论》中云：“真辨诸所知，依于三摩地，解脱诸烦恼，慧正命善说，诸法之最胜，彼等有三种，如是通达慧，智者真实行[88]。”

智慧之本体：通达所知。

智慧之因：依于等持。

智慧之果：解脱烦恼。《般若摄颂》中云：“以慧尽知法自性，真实摆脱诸三界。”

智慧之作用：正命，善说正法从而断除怀疑。彼论云：“人中尊转妙法轮，为灭苦于众传法。”

智慧之功德：趋至解脱城。

智慧之分类：有闻思修三种或者等持之加行、正行、后行三种。

具有智慧之功德，如《经庄严论》中云：“佛子尽了达，任何所知法，亦不贪涅槃，何况于轮回？智慧令众生，获得三菩提，妙慧为智摄，于世永无尽[89]。”

戊三、若具智慧则得解脱：

具有智慧得解脱，如毒为咒所摄持，

---

[88] 唐译：正择与定持，善脱及命说，诸法之上首，彼亦有三种。

[89] 唐译：恒了真余境，佛断尚不着，因智建菩提，悲摄智无尽。

若无智慧方便缚，如药致病受逼迫。
是故心中当生起，证悟实相之智慧。

《宝积经》中云：“迦叶，具智慧者依方便得解脱；不具智慧者依方便受束缚。”《道情歌集》中云：“远离大悲入空性，依彼不得殊胜道，倘若唯一修大悲，住此轮回不解脱。何人智悲能圆融，不住轮回与涅槃。”又云：“愚者为之受束缚，智者依之速解脱。”

如是了达诸法之自性后，如若尽最大努力修持，则可速得解脱。《圣铠庄严经》中云：“何人若以大努力、大精进修此无生、无灭、极深之空性法，则速通达菩萨之法界，圆满总持、辩才，获得无上之法，蒙受诸佛出有坏赞叹，守持清净戒律，获得清净安忍、无上之精进、无缘之静虑、广大之智慧而疾速现前圆满正等正觉菩提果。四大天王撑伞祈请转妙法轮，照亮诸人天而令彼等证无上菩提。”

丁七、宣说六度之摄义：

现在是以上所有内容的结尾，

若行六波罗蜜多，当知如同魔术师，
三轮体空二善资，获得寂灭佛陀果。

六度所摄的任何善法都有作者、所作之对

境、所作之善法三者。正在行持时，如若以无有实执如幻化之心或者以如幻术的方式而行持，则可速得佛果。《宝云经》中云：“当以不缘善法、不缘所作、不缘勤作之方式而积累福德、智慧资粮，即以如幻、如阳焰、如光影、如幻化之心而修持。”如果依智慧使见解清净、依方便使行为清净的话，则无有歧途，无勤而成就佛果，也能成就空中飞行等（共同）悉地。阿底峡尊者言：“如是见不愚，行为极清净，不堕入歧途，至密严刹土。”

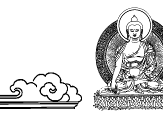
甲三、回向本品善根：

如是善根之妙雨，助生净心庄稼丰，
资粮贫乏可怜众，疲劳心性今休息。

无垢智慧之清净虚空界中密布善根的层层浓云，从中降下极为清凉的甘露法雨，使众生勤于正法、善法的庄稼茁壮成长，愿以此息灭三有中的一切贫苦，从而令众生疲劳的心得到休息，因享受菩提果的安乐而心满意足。

愿于痛苦烈火此世界，普降无垢甘露妙法雨，
一切众生证悟心性已，获得清凉智慧之大海。
愿众享满莲德严饰湖，此乃地道海鸥所依处，
畅游福慧二资之大海，此中掀起六度之浪花。





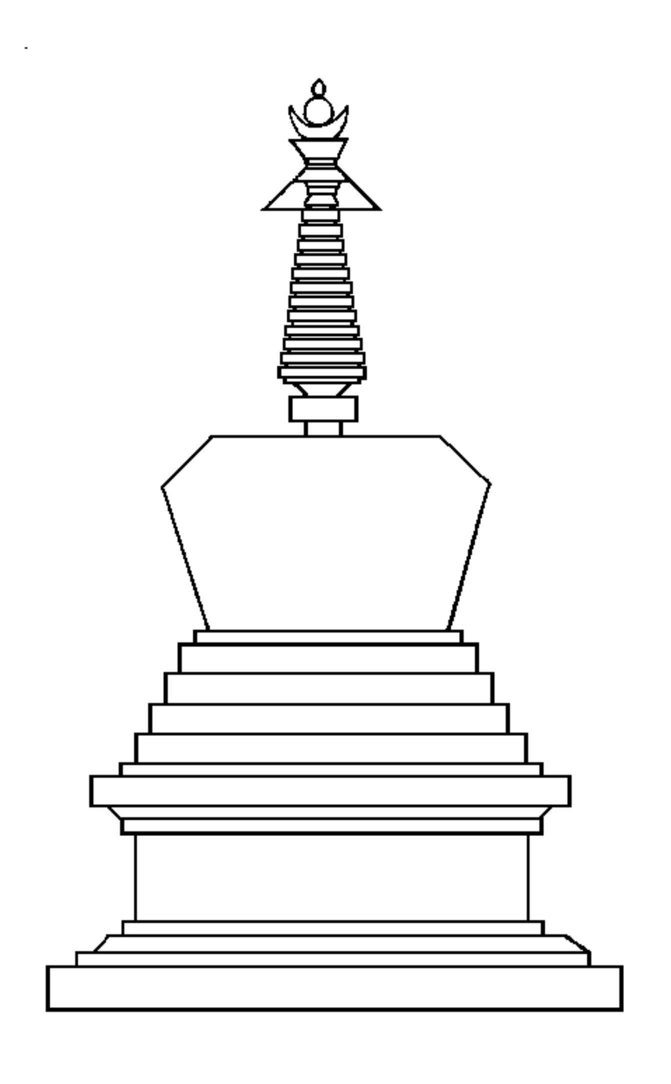

愿于漫长岁月无始终，辗转漂泊轮回旷野中，
遭受诸多苦难逼迫众，以我之乐获得佛大乐。
愿见诸法如梦如幻后，遣除执著实有之妄念，
如幻化中成办诸善聚，现有轮涅平等同清净。

大圆满心性休息中第八品
发殊胜菩提心释终

2002 年 5 月 20 日译毕于成都
2005 年 12 月 8 日重新校勘







大菩提塔